عَبْقَرِیٍّ حِسَانٍ ﴿٧٦﴾ فَبِاَیِّ اٰلَآءِ رَبِّکُمَا تُکَذِّبٰنِ ﴿٧٧﴾ القرآن

گھر بھر کی جسمانی بیماریوں، ذہنی الجھنوں اور روحانی مسائل کا حل۔

ماہنامہ عبقری® لاہور

دسمبر 2006 بمطابق ذیقعد 1427 ہجری

باذوق مردوں اور باوقار خواتین کے لئے جسے بچے بھی پڑھ سکتے ہیں۔

روحانی وجسمانی

گھریلو الجھنیں

آزمودہ اور یقینی علاج کے لئے ماہنامہ عبقری سے دوستی

کاروباری زوال کا پُر اثر آزمودہ وظیفہ

اذان سے ڈیپریشن اور خاندانی پریشانیوں کا علاج

کالی دنیا کالے عامل اور ازلی کالی مشکلات کا زوال اور قرآنی طاقت کا کمال

موسم سرما الرجی اور دائمی نزلے کا آزمودہ علاج

عبقری خود پڑھیئے، مطالعہ کے بعد اپنے دوست احباب کو محبت کے ساتھ اسکے مطالعہ کی ترغیب دیجیے اور اپنے تمام ملنے والوں تک پُہنچا کر معاشرے کی روحانی اور جسمانی گھریلو الجھنوں کے حل میں مدد کریں۔ ایصال ثواب اور تقسیم کے لیئے خصوصی رعایت۔

اس شمارے کی چند دلچسپ جھلکیاں۔

فرانسیسی سرجن پاگل خانے اور وضو سے شفایابی 4
(نعوذ باللہ) میں نے قرآن پاک کباڑ خانے میں پھینکوادیا، ایلس نے لاپروائی سے کہا: 7
مقام ولایت پانے کیلئے ایک انوکھا گُر 10
دیدار رسول ﷺ اور محدثین کے ذاتی آزمودہ مشاہدات 12
ڈراؤنے خواب، نندیں ساس جہیز اور قتل، ہمارے لئے اب گھر میں کوئی جگہ نہیں 13
سردیوں میں جلد کی حفاظت کے طریقے 15
آئیں مل کر دعا کریں 16
گھریلو جھگڑے اور پرسکون زندگی، آپ ذہنی یا جذباتی دباؤ کا شکار تو نہیں 17
خواتین پوچھتی ہیں؟ 20
عبقری کے پکوان ذائقے اور مہک کے ساتھ 21
آپ کا خواب اور روشن تعبیر 22
اسم اعظم کے متلاشی اور تحیر واسرار میں لپٹے انکشافات 23
نفسیاتی گھریلو الجھنیں اور آزمودہ یقینی علاج 25
بہار رفتہ کی اُجلی سچی کہانیاں 26
گھریلو کام کاج میں خواتین کی صحت پوشیدہ ہے 28
دوائیں، صحت یا بیماری 29
نومولود کے کان میں اذان دینے کی حکمت اور سائنسی ریسرچ 31
جنات سے سچی ملاقاتیں 32
بڑی بوڑھیوں کے آزمودہ گھریلو ٹوٹکے 34

بیاد حضرت خواجہ سید محمد عبداللہ ہجویری عبقری مجذوب رحمتہ اللہ علیہ

جناب حکیم محمد رمضان چغتائی رحمتہ اللہ علیہ

زیر سرپرستی شیخ الحدیث حضرت مولانا محمد عبیداللہ المفتی دامت برکاتہم العالیہ

حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی دامت برکاتہم العالیہ (پھلت)

شمارہ نمبر 06 **جلد نمبر** 01 دسمبر 2006ء بمطابق ذیقعد 1427ھ

فرقہ واریت اور سیاسی تعصبات سے پاک

ماہنامہ عبقری لاہور

دسمبر 2006ء

روحانی وجسمانی صحت کا ضامن' مرکز روحانیت وامن کا ترجمان

مدیر حکیم محمد طارق محمود عبقری مجذوبی چغتائی

مجلس مشاورت حکیم محمد خالد محمود چغتائی' تجمل الٰہی شمسی حاجی میاں محمد طارق' ملک خادم حسین' قانونی مشیر: سید واجد حسین بخاری (ایڈووکیٹ)

قیمت فی شمارہ	15 روپے
اندرون ملک سالانہ (معہ ڈاک خرچ)	120 روپے
بیرون ملک سالانہ (معہ ڈاک خرچ)	40 امریکی ڈالر

صدقہ جاریہ یہ رسالہ خالص خدمت خلق اور دکھی انسانیت کے روحانی اور جسمانی مسائل کے حل کے لئے شائع کیا گیا ہے۔ کوشش کی گئی ہے کہ لاگت اور مزدوری پیش نظر رکھ کر کم سے کم قیمت میں یہ رسالہ آپ تک پہنچے۔ آپ "ماہنامہ عبقری" کم قیمت میں خرید کر اپنے پیاروں کو گفٹ کریں یا اپنے پیاروں کے لئے تقسیم کر کے صدقہ جاریہ کریں۔

نا معلوم آپ کی وجہ سے لوگوں کے کتنے دکھ دور ہوں گے اور آپ اللہ تعالیٰ کے کتنے قریب ہوں گے۔

○ دائرے میں سرخ نشان سالانہ خریداری کی مدت ختم ہونے کی علامت ہے لہٰذا نئے سال کی خریداری کے لئے رقم ارسال فرمائیں۔

ایجنسی ہولڈر اپنی مہر لگائیں / ہدیہ دینے کے لئے اپنا نام لکھیں۔

ضروری وضاحت: ماہنامہ عبقری میں شائع ہونے والی تحریریں ایک رائے اور نقطہ نظر کی حیثیت رکھتی ہیں جنہیں ہر قسم کے مذہب و سیاسی تعصبات سے بالاتر ہو کر پوری نیک نیتی کے ساتھ شائع کیا جاتا ہے۔ مضمون نگار حضرات کی آراء و نقطہ نظر ان کے اپنے ہیں جن سے مدیر اور ادارہ کا متفق ہونا ضروری نہیں لہٰذا ادارہ کسی ایسے مضمون کی اشاعت پر جوابدہ نہیں ہوگا جس سے کسی مذہبی و سیاسی فرد یا جماعت کو اختلاف ہو۔ (مدیر ماہنامہ)

مستقل پتہ دفتر ماہنامہ "عبقری" مرکز روحانیت وامن 78/3' مزنگ چونگی'
قرطبہ چوک' یونائیٹڈ بیکری اسٹریٹ' جیل روڈ' لاہور"
فون: 042-7552384 موبائل: 0304-4177637
Website: www.ubqari. com E-mail: ubqari@hotmail.com

ٹھہریئے پہلے اسے پڑھیئے

اگر آپ رسالہ "عبقری" کا اجراء کرانا چاہتے ہیں تو اس کا زرِ سالانہ مبلغ 120 روپے مع ڈاک خرچ ہے آپ یہ رقم بذریعہ منی آرڈر بنام "دفتر ماہنامہ عبقری مرکز روحانیت وامن 78/3' مزنگ چونگی' قرطبہ چوک' یونائیٹڈ بیکری اسٹریٹ' جیل روڈ' لاہور" کو ارسال کریں۔ ☆ اگر آپ رسالے کا فوری اجراء چاہتے ہیں تو پھر آپ مبلغ 125 روپے زرِ سالانہ ارسال کریں۔ رقم موصول ہونے پر فوری رسالہ جاری کر دیا جائے گا۔ ☆ اگر منی آرڈر نہیں کرا سکتے' تو ایک طریقہ یہ ہے کہ اسی مالیت کے ایک روپے والے ڈاک ٹکٹ بذریعہ خط اپنے مکمل پتہ کے ساتھ ارسال کریں۔ ☆ اپنا پتہ اردو میں' واضح اور صاف صاف تحریر کریں۔ ☆ رسالہ بذریعہ وی پی منگوانے سے گریز فرمائیں کہ وصول نہ کرنے کی صورت میں ادارہ کو نقصان پہنچتا ہے۔ آسان صورت یہ ہے کہ آپ رقم منی آرڈر کر دیں رقم ملتے ہی مطلوبہ رسالہ ارسال کر دیا جائیگا۔ ☆ اگر کوئی صاحب صرف ایک رسالہ منگوانا چاہتے ہیں تو وہ 10 روپے رسالہ کی قیمت اور 5 روپے ڈاک خرچ یعنی 15 روپے کے ڈاک ٹکٹ (ایک روپے والے) ارسال کر دیں تا کہ آپ کو فوری رسالہ مل جائے۔

قارئین سے التماس

رسالہ نہ ملنے پر اپنے ڈاکیہ سے رجوع کریں کیونکہ پوری تسلی کے بعد رسالہ روانہ کیا جاتا ہے۔ اپنا خریداری نمبر محفوظ رکھیے اور کسی بھی شکایت کی صورت میں خریداری نمبر کا حوالہ ضرور دیجئے یا اپنا زرِ سالانہ جمع کرائیں۔

☆ جواب طلب امور کے لئے جوابی لفافہ آنا ضروری ہے' ورنہ معذرت۔

☆ بعض احباب نے اپنے عزیز و اقارب یا ملنے والوں کیلئے "عبقری" کا اجراء کرایا ہوا ہے' ان کے علم میں یہ بات نہیں کہ یہ رسالہ ان کو کس کی جانب سے موصول ہو رہا ہے ان کو تشویش ہوتی ہے اور وہ ادارہ سے رجوع کرتے ہیں۔ احباب سے گزارش ہے کہ رسالہ جاری کرانے پر اپنے دوست احباب کو اس کی اطلاع لازمی کر دیں اور ہمارے پاس بھی نوٹ کرا دیں تا کہ ادارہ ان کو تسلی بخش جواب دے سکے۔

شکایات موصول ہوتی ہیں

اکثر و بیشتر قارئین کی طرف سے شکایات موصول ہوتی ہیں کہ رسالہ نہیں ملتا یا وقت پر نہیں ملتا۔ قارئین کو بدگمانی ہو رہی ہے کہ ہم رسالہ ارسال نہیں کرتے جنہیں رسالے نہیں ملتے وہ دیئے گئے پتہ پر اور اپنے متعلقہ ڈاکخانہ پر تحقیق کریں نیز ایسے موقع پر دعا کریں کہ یہ سلسلہ چلتا رہے اور آپ سب کو رسالے بروقت ملتے رہیں۔

☆ رسالہ کا اجراء ہر انگریزی مہینے کی 26-27-28 تاریخ کو ہو جاتا ہے اس کے بعد جو نئے خریدار بنتے ہیں ان کو رسالہ اگلے ماہ جاری ہوگا۔

ماہنامہ عبقری قریبی بک سٹال یا اخبار فروش سے طلب کریں

خالد حسین ناشر نے اظہار سنز پرنٹرز 9 ریٹی گن روڈ سے چھپوا کر مزنگ لاہور سے شائع کیا۔

منتخب احادیث

الحدیث حضرت ثوبانؓ روایت کرتے ہیں کہ رسول اللہ نے ارشاد فرمایا: میری امت میں کچھ لوگ ایسے ہیں کہ ان میں سے کوئی شخص تم میں سے کسی کے پاس آئے اور دینار مانگے تو وہ اس کو نہ دے، اگر ایک درہم مانگے تو وہ بھی نہ دے اور اگر ایک پیسہ مانگے تو وہ اس کو ایک پیسہ تک نہ دے (لیکن اللہ تعالیٰ کے ہاں اس کا یہ مقام ہے کہ) اگر وہ اللہ تعالیٰ سے جنت مانگ لے تو اللہ تعالیٰ اس کو جنت دے دیں۔ (اس شخص کے بدن پر صرف) دو پرانی چادریں ہوں۔ اس کی بالکل پرواہ نہ کی جاتی ہو (لیکن) اگر وہ اللہ تعالیٰ (کے بھروسے) پر قسم کھا بیٹھے تو اللہ تعالیٰ ضرور اس کی قسم کو پورا کر دیں۔" (طبرانی، مجمع الزوائد)

❖ ❖ ❖

الحدیث حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا فرماتی ہیں کہ میں نے رسول اللہ ﷺ کو ارشاد فرماتے ہوئے سنا: مؤمن اپنے اچھے اخلاق کی وجہ سے روزہ رکھنے والے اور رات بھر عبادت کرنے والے کے درجہ کو حاصل کر لیتا ہے۔ (ابوداؤد)

❖ ❖ ❖

الحدیث حضرت ابوہریرہؓ روایت کرتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: ایمان والوں میں کامل ترین کامل مومن وہ ہے جس کے اخلاق سب سے اچھے ہوں اور تم میں سے وہ لوگ سب سے بہتر ہیں جو اپنی بیویوں کے ساتھ (برتاؤ میں) سب سے اچھے ہوں۔ (مسند احمد)

❖ ❖ ❖

الحدیث حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا روایت کرتی ہیں کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: کامل ترین ایمان والوں میں سے وہ شخص ہے جس کے اخلاق سب سے اچھے ہوں اور جس کا برتاؤ اپنے گھر والوں کے ساتھ سب سے زیادہ نرم ہو۔ (ترمذی)

❖ ❖ ❖

الحدیث حضرت عبداللہ بن عمر رضی اللہ عنہما روایت کرتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: مجھے تعجب ہے اس شخص پر جو اپنے مال سے تو غلاموں کو خریدتا ہے پھر ان کو آزاد کرتا ہے وہ بھلائی کا معاملہ کر کے آزاد آدمیوں کو کیوں نہیں خریدتا جب کہ اس کا ثواب بہت زیادہ ہے؟ یعنی جب وہ لوگوں کے ساتھ حسن سلوک کرے گا تو لوگ اس کے غلام بن جائیں گے۔ (قضاء الحوائج' جامع صغیر)

❖ ❖ ❖

الحدیث حضرت ابوامامہ رضی اللہ عنہ روایت کرتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: میں اس شخص کے لئے جنت کے اطراف میں ایک گھر (دلانے) کی ذمہ داری لیتا ہوں جو حق پر ہونے کے باوجود بھی جھگڑا چھوڑ دے اور اس شخص کے لئے جنت کے درمیان میں ایک گھر (دلانے) کی ذمہ داری لیتا ہوں جو مذاق میں بھی جھوٹ چھوڑ دے اور اس کے شخص کے لئے جنت کے بلند ترین درجہ میں ایک گھر (دلانے) کی ذمہ داری لیتا ہوں جو اپنے اخلاق اچھے بنا لے۔ (داؤد)

❖ ❖ ❖

کیا آپ سو شہیدوں کا ثواب پانا چاہتے ہیں قسط نمبر2

یقیناً آپ جانتے ہیں کہ آج کے دور میں ایک سنت پر عمل کرنا سو شہیدوں کے مطابق ثواب پانا ہے

کھانے کی ابتداء بسم اللہ سے

حضرت انس رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ نبی کریم ﷺ نے فرمایا: بسم اللہ کہو اور ہر ایک اپنے قریب سے کھانا کھائے۔ (بخاری)

❖ ❖ ❖

بسم اللہ نہیں پڑھی تو برکت نہیں

حضرت انس رضی اللہ عنہ سے مرفوعاً روایت ہے کہ جس کھانے پر بسم اللہ نہ پڑھی جائے اس میں برکت نہیں ہوتی۔ (کنز العمال)

❖ ❖ ❖

بسم اللہ نہ پڑھی جائے تو شیطان کی شرکت

حضرت جابر رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی کریم ﷺ کو میں نے یہ فرماتے ہوئے سنا کہ جب آدمی گھر میں داخل ہوتا ہے اور اللہ کا نام لیتا ہے اور کھانے پر اللہ کا نام لیتا ہے تو شیطان کہتا ہے نہ سونے کی گنجائش نہ کھانے کی۔ (مسلم' ترمذی)

❖ ❖ ❖

حضرت سلمان فارسی رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی اکرم ﷺ نے فرمایا جسے یہ پسند ہو کہ شیطان اس کے ساتھ کھانے میں' سونے میں' رات گزارنے میں شریک نہ ہو اسے چاہیے کہ جب گھر میں داخل ہو تو سلام کرے اور کھانے پر بسم اللہ کہے۔ (اس کی برکت سے شیطان شریک نہ ہوگا)۔ (ترغیب)

❖ ❖ ❖

بسم اللہ نہ پڑھنے پر شیطان کی شرکت کا واقعہ

حضرت ابوایوب انصاری رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ ہم لوگ ایک دن نبی اکرم ﷺ کے پاس موجود تھے۔ کھانا پیش کیا گیا۔ ابتداء میں اتنی برکت ہوئی کہ ہم نے ایسی برکت نہیں دیکھی۔ پھر آخر میں اتنی بے برکتی ہونے لگی کہ ہم نے ایسی بے برکتی نہیں دیکھی۔ ہم نے آپ ﷺ سے پوچھا یہ بات کیسے ہوئی؟ آپ ﷺ نے فرمایا ہم لوگ بیٹھے تھے تو بسم اللہ پڑھ لی تھی' پھر بعد میں ایک شخص شریک ہوا جس نے بسم اللہ نہیں پڑھی۔ پس شیطان اس کے ساتھ کھانا کھانے لگا۔ (اس کی وجہ سے یہ بے برکتی ہوئی) (مجمع)

❖ ❖ ❖

شروع میں بھول جائے تو جب یاد آ جائے پڑھ لے

حضرت جابر رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی اکرم ﷺ نے فرمایا: بسم اللہ پڑھنا کھانے کے شروع میں بھول جاؤ تو بعد میں پڑھ لو۔ (مجمع)

❖ ❖ ❖

جب شروع میں بھول جائے تو بعد میں پڑھے

حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا فرماتی ہیں کہ آپ ﷺ نے فرمایا: اگر بسم اللہ پڑھنا شروع میں بھول جائے تو وہ بِسْمِ اللّٰهِ اَوَّلَهٗ وَاٰخِرَهٗ پڑھ لے (یعنی جب یاد آ جائے)

❖ ❖ ❖

کوئی امت ایسی نہیں گزری جس میں کوئی ڈرانے والا نہ آیا ہو۔

درس ہدایت

ہفتہ وار درس سے اقتباس (گزشتہ سے پیوستہ)

حکیم محمد طارق محمود عبقری مجذوبی چغتائی

ستر ہزار پردے:

ستر ہزار پردے ہیں اس وقت سورج کے سامنے اور ہر پردے کے درمیان ستر ہزار میل نہیں' سال کا فاصلہ ہے اور اس کے باوجود جب سورج اپنی گرمی پہ آتا ہے تو اپنا کمال دکھاتا ہے اور جس دن سورج سوا نیزے پر ہوگا اور اس دن عرش کا سایہ ملے گا اور اس کو ملے گا جو تراویح کیلئے چل کے جائے گا۔ اللہ اکبر کبیرہ اور جو جتنا دور چل کے جائے گا آپ یہ کہیں گے کہ ہمارا تو موٹر سائیکل وہیل چلتا ہے گاڑی ہے سائیکل ہے موٹر سائیکل ہے تو بھئی اللہ کے ہاں تو قدم گنے جاتے ہیں آپ چل کے جاتے یا اس پر چل کے جاتے اللہ نے نعمت سواری دی ہے تو اس پر بھی اجر ملے گا ہر وہیل کے چکر پر اجر ملے گا بعض محدثین نے عجیب بات لکھی ہے فرمایا ایک آدمی سوار ہے گھوڑے پر تو پھر کہتے ہیں کہ سواری کے قدم کے بقدر ثواب ملے گا تو آج کے دور کی سواری کے قدم جو ہیں پہیئے کا گھومنا ہے یہ سواری کا قدم ہے تو قیامت کے دن کیا ہوگا۔۔۔ وہ عرش کے نیچے ہوگا اس لئے میں اکثر عرض کیا کرتا ہوں کہ اللہ والو یہاں تراویح ہوتی ہے قربانی کر لیا کرو یہاں آجایا کرو ہمارے پاس آپ ہمارے مہمان بن جایا کرو گے آپکی برکت جو ہے اللہ جل شانہ قرآن کا سلسلہ چلا دیتا ہے ہر سال ماشاء اللہ اللہ یہاں تراویح پڑھی جاتی ہے قرآن سنا جاتا ہے اب جو رمضان میں جماعت کی نماز کے لئے کوشش کرتا ہے اور اس کا اہتمام کرتا ہے اللہ ہر رکعت کے عوض میں اسے نور کا ایک شہر عطا فرمائے گا ہر رکعت کے عوض میں باقی ثواب جو ہے سو ہے ہر رکعت کے عوض میں اسے نور کا ایک شہر عطا فرمائے گا۔ جو جماعت کی نماز کا اہتمام کرے گا اور جو اپنے والدین کے ساتھ احسان کرے گا اللہ اس کی طرف رحمت اور مہربانی کی نگاہ سے دیکھے گا اور آگے فرمایا کہ میں اس کا ذمہ دار ہوں میں نے اس دن عرض کیا کہ میں قبرستان میں گیا فاتحہ کے لئے ایک بچہ نعت خوانی کر رہا تھا کہنے لگا ''اک قطرہ جو بخشیں مینوں کم بن جاندا ای میرا'' میں نے کہا بات تو ٹھیک ہے رحمت کی ایک نگاہ ساری کائنات کا کام بنا دے اکیلے کا نہیں بنے گا؟ اور جس عمل پر اللہ پاک فرماتے ہیں کہ میں اس کی طرف رحمت اور مہربانی کی نگاہ کروں گا رمضان المبارک میں جو والدین کی خدمت کرے گا ان کا اکرام کرے گا ان کی برداشت کرے گا کیا فرماتے ہیں میں اس کی طرف رحمت کی نگاہ فرماؤں گا۔ فرمایا میں اس کا ذمہ دار ہوں اور جو عورت رمضان المبارک میں اپنے خاوند کی رضا جوئی میں لگی رہتی ہے سن لو عجیب بات ہے اللہ جل شانہ کے نزدیک اسے حضرت مریم اور حضرت آسیہ کا ثواب ملتا ہے سرور کونین ﷺ سے فرمایا گیا:

کہ آپ کی جنت میں بیوی فرعون کی بیوی حضرت آسیہ ہوں گی (سرور کونین ﷺ کی بیوی ہوگی) اتنا بڑا اجر ملے گا جو عورت اپنے خاوند کی رضا جوئی کے لئے لگی رہی اسے حضرت مریم کا اور حضرت آسیہ کے مقام کا ثواب ملے گا اور جو کوئی رمضان المبارک میں کسی مسلمان کی حاجت پوری کرتا ہے اللہ جل شانہ اس کی دس لاکھ حاجتیں ادا کر دیتا ہے۔ پوری کر دیتا ہے اور کسی عیال دار کو خیرات دیتا ہے۔ اللہ پاک اس کیلئے دس لاکھ نیکیاں لکھتا ہے۔ اس کے دس لاکھ گناہ مٹا دیتے ہیں' اللہ پاک اس کے دس لاکھ درجے بلند کرتے ہیں۔

بے زبانوں کو تلاش کریں

اس لئے اکثر عرض کیا کرتا ہوں بے زبانوں کو تلاش کرو ایسے بے زبان جو سوال نہیں کر سکتے وہ اس دن مجھے کہنے لگا کہ میں دینے گیا تو عجیب بات! میں کئی دن تک اس بات میں گھوم رہا تھا ایک خاتون ہے دو بیٹے ہیں اور دو بیٹیاں ہیں۔ ایک بیٹا کنڈیکٹری کرتا ہے ایک نے کوئی اور شعبہ سنبھالا ہوا ہے دونوں چھوڑ گئے ہیں بیٹیاں اپنے گھروں کو سدھاریں جسم بھاری ہے اب ایک کمرہ دیا ہے اس کمرے میں پڑی ہے کمرہ ٹوٹا پھوٹا سا ہے بالکل کوئی پرسان حال نہیں چارپائی کو کاٹا ہوا ہے بیچاری کھسک کر وہیں حاجت پوری کر لیتی ہے شاید کئی دن تک کوئی حاجت کرانے والا بھی نہ ہوگا اور کوئی آ کر روٹی دے دیتا ہے پاؤں پھول چکے ہیں پیٹ پھول چکا ہے اور حیرت انگیز بات یہ ہے کہ جب وہاں گئے تو کتے کا بچہ نیچے پڑا ہوا دو تین دن کا آ کے مر گیا کوئی اٹھانے والا نہیں تھا اور وہ گلا ہوا تھا وہ اٹھا کے پھینکا کہنے لگی یہ بھی میں چند دنوں کی پیالی واپس کر رہی ہوں کہ مجھے بخار ہوا اور میں نے پانی لیا میں نے سنا تھا کہ بخار میں سر پر جو پانی ڈالتا ہے اسے سرسان ہو جاتا ہے میں نے سر میں پانی ڈالنا شروع کر دیا اور پھر رو کے کہنے لگی کہ عزرائیل مجھ سے ڈرتا ہے نہیں آتا ایسے کسمپرسی کے لوگوں کو تلاش کرو الحمد اللہ میں کوشش کرتا ہوں کہ ایسے لوگوں کو تلاش کروں یہ وہ سائل ہیں جنہیں میں اکثر ایک نام دیتا ہوں جسے ''بے زبان'' کہتے ہیں بے زبان سوال ہی نہیں کر سکتے۔

اگر کرے تو کوئی دینے والا نہیں ہے اور ان میں اکثر ایسے ہیں جو سوال نہیں کر سکتے میرے پاس سمن آباد کے ایک صاحب آئے دوائی کیلئے کچھ دن آئے پھر چھوڑ گئے میں نے ان سے عرض کیا کہ مستقل مزاجی سے آپ دوائی لینے نہیں آتے دو سو روپے کی تو دوائی ہے بس کہنے لگے کچھ مجبوریاں تھیں پھر میں نے دوائی دے دی پھر نہ آئے' میں نے کہا دیکھیں آپ آتے نہیں ہیں کہنے لگے اس طرح میں کچھ کہنے آیا ہوں ایک رقعہ لکھ کے دیا کہ میرے گھر کے مسائل یہ ہیں کہ ٹیلیفون کٹ چکا ہے پیسے نہیں ہیں گھر کا نظام درہم برہم ہو چکا ہے بچوں کو تعلیم سے ہٹا لیا ہے کہ ان کی فیسیں نہیں ہیں اور میں گھر بیٹھ گیا ہوں میں چل پھر کر چھپائی کا کام کرتا تھا وہ ختم کر دیا ہے بیٹے کو تعلیم سے ہٹوا کر اب وہ یہ کام کرتا ہے اس میں بھی گزارا نہیں ہوتا اور مقروض ہو گیا ہوں اور گھر کی کسمپرسی یہ ہے کہ سوال نہیں کر سکتا آپ سے پیسے نہیں چاہتا آپ مجھے کوئی وظیفہ بتائیں کہ میں پڑھوں اور میرے حالات ٹھیک ہو جائیں ایسے لوگوں کی مجھے بعض اوقات خبر ہو جاتی ہے اس انداز سے انہیں کہتے ہیں ''بے زبان۔''

لوگ جن کی زبان سوال کے لئے نہیں چلتی میں ایک حدیث پڑھ رہا تھا اور عجیب حدیث۔ فرمایا جس کو اللہ پاک نے دنیا کی دولت' چیزیں عطا کی ہوں اور پھر وہ گر گیا نیچے مضمون عرض کر رہا ہوں۔ اس سے وہ چیزیں چھن گئیں اس کا خیال زیادہ کرنا۔ فرمایا جو کسی مسلمان کو' کسی عیال دار کو خیرات دیتا ہے۔ اللہ اس کے لئے دس لاکھ نیکیاں لکھتے ہیں اور دس لاکھ گناہ مٹا دیتے ہیں اور دس لاکھ درجے بلند فرماتے ہیں اور فرمایا کہ جو کسی مسلمان کی حاجت روائی کے لئے چلتا ہے اللہ جل شانہ ہر قدم پر ستر' ستر (70,70) نیکیاں لکھتے ہیں' ستر ستر گناہ مٹاتے ہیں یہاں تک کہ وہ جہاں سے چلا تھا وہاں ہی لوٹ آتا ہے اور نبی پاکؐ نے فرمایا اللہ جل شانہ کی ایسی مخلوق بھی ہے جس کو اس نے لوگوں کی حاجت روائی کیلئے پیدا کیا ہے۔ لوگ اپنی حاجتوں میں ان کے پاس گھبرائے چلے آتے ہیں اور وہ لوگ خدا کے عذاب سے امن میں رہنے والے ہیں اور جو کسی مسلمان کی حاجت میں اپنے بھائی کے ساتھ جاتا ہے یہاں تک کہ اس کو پورا کر دیتا ہے تو اللہ جل شانہ اس کے قدم کو اس دن ثابت قدم رکھے گا جب لوگوں کے قدم پھسل رہے ہوں گے۔ (جاری ہے)

توجہ طلب:

ہر منگل کو بعد نمازِ مغرب ''مرکزِ روحانیت و امن'' میں حکیم صاحب کا درس' ذکر خاص، مراقبہ اور دعا کی نشست ہوتی ہے۔ اس میں اپنی روحانی ترقی اور پریشانیوں کے لئے شرکت فرمائیں۔ اپنی مشکلات، پریشانیوں کے حل اور دلی مرادوں کی تکمیل کے لئے خط لکھ کر دعاؤں میں شمولیت کر سکتے ہیں۔

جس کو میرا ذکر سوال کرنے سے روک دے میں اس کو سوال کرنے والوں سے زیادہ عطا کرتا ہوں۔

سنت نبوی ﷺ، وضو اور جدید سائنس:

فرانسیسی سرجن، پاگل خانے اور وضو سے شفایابی

وضو کی حکمتیں اور موتیا بند کا علاج

قبلہ انجینئر نقشبندی مدظلہ العالی مواعظ میں لکھتے ہیں:

''حضور اقدس ﷺ جب صبح اٹھتے تو وضو کیا کرتے تھے آج سائنس کی دنیا کہتی ہے کہ آنکھوں میں موتیا بند ہو جاتا ہے۔ اس کا بنیادی علاج یہ ہے کہ انسان صبح صبح آنکھوں کے اندر پانی کے چھینٹے مارے۔ جو آدمی تہجد کے لئے اٹھے گا تو وضو کرے گا پھر فجر کے لئے وضو کرے گا تو اس کی آنکھوں کی مرض رفع ہو جاتی ہے۔''

الغرض چہرے کا دھونا جہاں دیگر اعضاء کو فوائد دیتا ہے وہاں پلکوں کے گرنے کے مرض کو بھی ختم کرتا ہے۔ آنکھ کے پپوٹے کے ورم کو بھی ختم کرتا ہے۔

داڑھی کا خلال

چونکہ داڑھی گھنی اور گنجان ہوتی ہے اس لئے شرعی حکم یہی ہے کہ اس کی جڑ تک پانی پہنچایا جائے۔ ایسا کرنے سے بالوں کی جڑیں مضبوط ہوں گی۔

عام جراثیم (COMMAN GERMS) اور چھوتی امراض کے جراثیم (INFECTIOUS GERMS) ختم ہو جاتے ہیں اور پانی کے ذریعے بہہ جاتے ہیں اگر داڑھی کا خلال نہ کیا جائے تو جوؤں (LICES) کا خطرہ لاحق رہتا ہے۔ مزید یہ کہ اگر داڑھی میں پانی رک جائے گا تو وہ گردن کے پٹھوں (MUSCLES OF NECK) تھائی رائیڈ گلینڈ (THYROID GLAND) اور گلے کے امراض سے محفوظ رکھتا ہے۔

(ریسرچ ڈاکٹر پروفیسر جارج ایل۔ بحوالہ سائنسی دنیا)

کہنیوں تک دھونا

جسم کا یہ حصہ ہمیشہ ڈھکا رہتا ہے اگر اس حصے کو پانی اور ہوا نہ لگے تو بے شمار دماغی اور اعصابی امراض پیدا ہوتے ہیں۔

کہنی پر تین قسم کی بڑی رگیں (VEINS) ہوتی ہیں جن کا تعلق بلواسطہ دل۔ دماغ اور جگر سے ہے جب ہم کہنی تک دھوئیں گے تو مذکورہ بالا تینوں اعضاء کو تقویت پہنچے گی اور وہ امراض و علل سے محفوظ رہیں گے۔

مزید یہ کہ کہنیوں تک ہاتھ دھونے میں یہ مصلحت پوشیدہ ہے کہ اس عمل سے آدمی کا تعلق براہ راست سینے کے اندر ذخیرہ شدہ روشنیوں سے قائم ہو جاتا ہے اور روشنیوں کا ہجوم ایک بہاؤ کی شکل اختیار کر لیتا ہے اس عمل سے ہاتھوں کے عضلات اور طاقتور ہو جاتے ہیں۔

مسح کرنا

فرانسیسی سرجن اور پاگل خانے: قبلہ انجینئر نقشبندی مدظلہ العالی کے مواعظ سے ایک واقعہ رقم ہے۔

ہمارے ایک دوست فرانس گئے وہ فرماتے ہیں کہ میں وہاں وضو کر رہا تھا کہ ایک آدمی غور سے کھڑا دیکھ رہا تھا میں نے محسوس تو کر لیا لیکن میں وضو کرتا رہا جب میں نے وضو مکمل کر لیا تو اس نے مجھے بلا کر پوچھا آپ کون ہیں۔ میں نے کہا کہ میں مسلمان ہوں۔ کہا کہاں سے آئے ہو میں نے کہا پاکستان سے۔ کہنے لگا کہ پاکستان میں کتنے پاگل خانے ہیں۔ بڑا عجیب سا سوال تھا۔ میں نے کہا کہ دو یا چار ہیں بہر حال مجھے تو پتہ ہی نہیں وہ کہنے لگا تم نہیں جانتے۔ کہنے لگا کہ یہ ابھی تم نے کیا کیا ہے میں نے کہا وضو کیا۔ کہنے لگا کہ روزانہ کرتے ہو۔ میں نے کہا روزانہ بلکہ دن میں پانچ بار کرتا ہوں۔ وہ حیران ہوا اور کہنے لگا۔

یہاں مینٹل (MENTAL) دماغی امراض کے لئے ہسپتال ہے میں اس میں سرجن ہوں سوچتا رہتا ہوں تحقیق کرتا رہتا ہوں کہ لوگ پاگل کیوں ہوتے ہیں۔

پھر کہنے لگا میری تحقیق یہ ہے کہ انسان کے دماغ سے سگنل پورے جسم میں جاتے ہیں اور ہمارے جسم کے اعضاء کام کرتے ہیں اور ہمارا دماغ ہر وقت (Fluid) کے اندر Float کر رہا ہے اس لئے ہم بھاگتے ہیں کودتے ہیں دوڑتے ہیں پھرتے ہیں اور دماغ کو کچھ نہیں ہوتا اگر وہ کوئی RIGID چیز ہوتی تو اب تک ٹوٹ چکی ہوتی اللہ تعالیٰ نے اس کو (FLUID) کے اندر رکھا ہے۔ اس دماغ سے چند باریک باریک رگیں (CONDUCTOR) بن کر آ رہی ہیں اور رگیں ہماری گردن کی پشت سے پورے جسم کو جاتی ہیں۔

سرجن مزید کہنے لگا:

میں نے جو ریسرچ کی ہے اگر بال بہت بڑھا دیئے جائیں اور گردن کی پشت کو خشک رکھا جائے تو ان رگوں کے اندر کئی دفعہ (CONDENSATION) خشکی پیدا ہو جاتی ہے اور انسان کے جسم پر پھر اس کا اثر ہوتا ہے۔

کئی دفعہ ایسا بھی ہوتا ہے کہ انسان کا دماغ کام کرنا چھوڑ دیتا ہے اسلئے ڈاکٹر نے سوچا اس جگہ (یعنی مسح والی جگہ کو) دن میں دو چار بار ضرور تر رکھا جائے کہنے لگا ابھی میں نے آپ کو دیکھا کہ آپ نے ہاتھ منہ تو دھویا ہی ہے لیکن یہاں گردن کی پچھلی طرف بھی آپ نے کچھ کیا ہے اسلئے وہ ڈاکٹر کہنے لگا آپ لوگ پھر کیسے پاگل ہو سکتے ہیں مزید یہ کہ مسح سے لُو لگنا اور گردن توڑ بخار کا خاتمہ ہوتا ہے۔ (جاری ہے)

جو میں نے دیکھا، سُنا اور سوچا

حکیم محمد طارق محمود عبقری مجذوبی چغتائی

اللہ تعالیٰ کی حفاظت دوران سفر ٹرین میں ایک تھانیدار نے اپنا واقعہ سنایا کہ جو خود اس کے ساتھ بیتا تھا موصوف کہنے لگے۔ عید کے دن تھے رش بہت زیادہ تھا لوگ ٹرین کی چھت پر سفر کر رہے تھے۔ حتیٰ کہ بیت الخلا اور وہ جگہیں جہاں بوگیاں آپس میں ملتی ہے (یعنی گزرگاہ) وہاں تک بھی لوگ بیٹھے ہوئے تھے یہاں تک کہ گزرنے کی بھی جگہ نہیں تھی۔ ایک خاتون اپنے پہلوٹھی کے بچے کو سینے سے لگائے بیٹھی تھی رات کا وقت گزر گیا اور نماز فجر کا وقت تھا کہ ایک شور اٹھا میں حیران ہوا پتہ چلا کہ خاتون کو اونگھ آ گئی اور بچہ اس سے چھوٹ کر ٹرین سے گر گیا۔ زنجیر کھینچی۔ بہت آگے جا کر ٹرین رک گئی وہ خاتون میں (یعنی تھانیدار) اور اس کا خاوند ہم اتر گئے ٹرین چل پڑی اب ہلکا اندھیرا تھا ہم ریلوے لائن کے درمیان چلتے جا رہے تھے۔ خاتون زار و قطار رو رہی تھی اور بین کر رہی تھی چلتے چلتے اجالا ہو گیا۔ اور دور سے ہمیں ایک جگہ کوئے اور پرندے ریلوے لائن میں اترتے نظر آئے خاتون اور زیادہ رونے لگی کہ میرے لال کی نعش پرندے کھا رہے ہیں۔ مزید قریب گئے تو منظر دیکھا کہ کتے بھی موجود ہیں اب وہ اور زیادہ غم سے نڈھال ہو گئی اور اس کے قدم اور تیز ہو گئے۔

لیکن جب ہم بالکل قریب پہنچے تو منظر بدلا ہوا دیکھا اور حیرت انگیز طور پر عجیب منظر تھا کہ بچہ بالکل پرسکون لائن کے پتھروں پر سو رہا تھا پرندے اس بچے کو نوچنے کی کوشش کر رہے تھے اور کتے بچے کی حفاظت کرتے ہوئے ان پر جھپٹتے تھے۔ یہ سلسلہ مسلسل جاری تھا۔ جب ہم پہنچے تو پرندے اڑ گئے اور کتے بھاگ گئے اور ماں نے اپنے لخت جگر کو بے قراری سے سینے سے لگا لیا۔ کمال کی بات یہ ہے کہ بچہ بالکل سلامت تھا اسے خراش تک نہیں آئی تھی۔ واقعی جسے رب رکھے اسے کون چکھے۔

بلی سے حفاظت میر آباد اُچ شریف کے ایک دکاندار نے واقعہ سنایا کہ ایک جاہا (ایک جانور جو دیہاتوں میں ہوتا ہے جو چوہے کی طرح جسے موش خاردار کہتے جسم میں مستقل کانٹے ہوتے ہیں اور جب اس کی لڑائی کسی سے ہوتی ہے تو یہ اپنا منہ چھپا لیتا اور آگے کانٹے کر دیتا ہے) نے بچے دیئے لیکن چند دن کے بعد اس جاہا کو مرا ہوا پایا مجھے بڑی پریشانی ہوئی کہ ان بچوں کا کیا بنے گا ان کے منہ میں رُوئی سے دودھ ڈالا لیکن 2 بچے مر گئے۔ ایک زندہ رہ گیا اسی دوران ایک بلی نے وہ میری دکان میں بچے دیئے یہ جاہا کا بچہ بوٹی کی طرح تھا جو خود بلی کی خوراک تھا۔ میں نے توکل کیا مجبوراً اس بچے کو اور بلی کو چھوڑ کر دکان رات کو بند کر کے چلا گیا صبح آیا تو دیکھا کہ بلی کے بچے ماں کا دودھ پی رہے تھے اور وہ جاہا کا بچہ بھی رینگتا رینگتا بلی تک چلا گیا اور وہ بھی دودھ پی رہا تھا اور بلی مطمئن اسے دودھ پلا رہی تھی آہستہ آہستہ بچہ بڑا ہوتا گیا اور اس کے کانٹے نکلنے لگے پھر یہ وقت بھی آیا کہ اس کے کانٹے بڑے ہو گئے اور وہ سارا دودھ پی جاتا کیونکہ بلی کے بچے جب اس کے قریب آتے تو وہ کانٹے چبھو دیتا حتیٰ کہ اتنا بڑا ہو گیا کہ خود بخود خوراک کی تلاش میں باہر نکل گیا اور خود کفیل ہو گیا پھر کبھی واپس نہیں آیا۔

قارئین آپ بھی کچھ قدرت ربی کے مشاہدے تحریر کریں اور بھجوائیں

اے لوگو! (اپنی پرہیزگاری نہ جتایا کرو (اللہ) پرہیزگاروں کو خوب جانتا ہے۔

کاروباری زوال کا پُراثر آزمودہ وظیفہ

از مدیر

کاروباری زوال کا وظیفہ

زندگی کے وسائل سے مایوسی کے بعد ہر انسان کی نظر ایک ایسی غیبی امداد کی طرف جاتی ہے۔ جو اس کی مشکلات کو حل کرنے کا ذریعہ بنے اور وہ غیبی مدد صرف اور صرف اللہ تعالیٰ ہی کی ہے۔

وہ شخص مسلسل رو رہا تھا' روتے روتے' اس کی ہچکی بندھ گئی۔ آنسو تھے کہ تھمنے کا نام ہی نہیں لیتے تھے' آنسوؤں سے اس کا رومال بھیگ گیا تھا' منہ سے الفاظ نہیں نکل رہے تھے۔ بہت دیر کے بعد وہ گویا ہوا کہ آپ نے جو وظیفہ بتایا تھا اور میں نے یقینی توجہ' دھیان' اعتماد اور یکسوئی سے اس کو پڑھا اور پھر خود ہی کہنے لگا آخر فائدہ کیوں نہ ہوتا' وظیفہ اور دعا بھی تو وہی ہے جو مسنون ہے اور سنت میں برکت ہے کہنے لگا مشکلات نے گھیر لیا تھا۔ قرضوں کے پہاڑ کے نیچے دب گیا تھا' کوئی دن ایسا نہیں گزرتا تھا کہ میرے دروازے پر قرض خواہ نہ آتے ہوں۔ ایک طرف قرض کا مطالبہ اور دوسری طرف تمام روزگار برباد ہو چکا تھا۔ جوں جوں روزگار کے لئے میں اسباب اختیار کرتا تمام اسباب خاک ہو جاتے' میری اولاد نے میرا ہاتھ بٹانے کی بڑی کوششیں کی لیکن ہر طرف سے رکاوٹ اور ناکامی میرا مقدر بن چکی تھی' بعض اوقات سوچتا کہ اگر خودکشی جائز ہوتی تو کر لیتا' زندگی سے مایوسی کی یہ حالت تھی کہ کسی کام میں دل نہیں لگتا تھا' حالات یہ تھے کہ ایک لباس کو کئی کئی دن تک پہنے رکھتا تھا' کوئی خوشی' خوشی نظر نہ آتی تھی' زندگی میں اندھیرا' غم' کڑھن' درد میرا مقدر بن چکا تھا' بہت سے لوگوں نے تعویذ کرنے والوں' دم کرنے والوں سے ملاقات کرائی' کئی لوگوں سے میں خود بھی ملا لیکن سوائے پیسوں کے ضیاع کے کچھ حاصل نہ ہوا' پھر میں نے یہ وظیفہ آپ کی ہدایت کے مطابق پڑھنا شروع کیا تو میں نے محسوس کیا کہ مجھے کچھ حاصل ہو رہا ہے اور میرے حالات سنور جائیں گے۔ میں نے اپنے گھر والوں کو تاکید سے یہ وظیفہ پڑھنے کی تلقین کی اور پھر کچھ عرصے کے بعد میں نے ایک چھوٹا سا چائے کا کاروبار کیا حالانکہ اب تک بے شمار کاروبار کر چکا تھا لیکن سب سونا مٹی ہوتا رہا' بس اب اللہ پاک نے اس دعا کی برکت سے میرے لئے برکت کا فیصلہ کر ہی لیا تھا۔ اللہ تعالیٰ نے میرے چائے کے کاروبار کو برکت دی اور اب میں خوشحال ہوں۔ یہ باتیں کہہ کر وہ پھر زار و قطار رونے لگا۔ میں اس کا چہرہ دیکھ رہا تھا اور دل میں یہ خیال کر رہا تھا یقیناً یہ خوشی کے آنسو ہیں۔

میرے دوست محسن فن سلیمانی صاحب نے اپنے والد مرحوم کے حوالے سے ایک واقعہ سنایا کہ لاہور ریلوے اسٹیشن کے قریب آسٹریلیا چوک پر آسٹریلیا بلڈنگ کے ساتھ ایک نہایت غریب چھابڑی والا کچھ پھل لگا کر شام کو چند روپوں کا آٹا لے کر گھر جاتا اور اس کسمپرسی میں اس کے شب و روز بسر ہو رہے تھے۔ فرمانے لگے میرے والد صاحب کے آگے وہ شخص اپنی مفلسی کا رونا رویا' والد صاحب مرحوم نے یہی دعا پڑھنے کو بتائی اور ہم چل دیئے' چند سالوں کے بعد ایک دفعہ پھر میں اپنے والد مرحوم کے ساتھ اسٹیشن سے شہر کی طرف جا رہا تھا تو وہی شخص نامعلوم اس نے کہیں سے دیکھ لیا تھا' نہایت مسرور اور سرشار دوڑتا ہوا آیا' اور کہنے لگا کیا آپ نے مجھے پہچانا؟ آپ کے بتائے ہوئے وظیفے نے مجھے بہت برکت دی ہے' چھابڑی سے میں نے ٹھیلہ لگایا اللہ تعالیٰ نے اور برکت دی ایک چھوٹی سی دوکان یہاں بک رہی تھی کوشش کر کے وہ لے لی' کچھ عرصے کے بعد یہاں قریب ہی ایک چلتا ہوا مشہور ہوٹل فروخت ہوا میں نے وہ ہوٹل خرید لیا۔ اور اب یہ عالم ہے ہوٹل کی صفائی کرتے ہوئے بھی 10-20 آدمی باہر انتظار میں کھڑے ہوتے ہیں وہ ہمیں اپنے ہوٹل لے گیا اور کھانے کا اصرار کیا۔ کھانا تو ہم نہ کھا سکے۔ اس کا کچھ اکرام قبول کر لیا وہ خوشی خوشی دعائیں دے رہا تھا۔ وہ اتنا خوش تھا کہ اسے سمجھ نہیں آ رہا تھا کہ میرے والد محترم کو کہاں بٹھائے دوران گفتگو ایک صاحب بتانے لگے۔ اس دعا کو میں نے اپنی زندگی کا معمول بنایا ہے۔ ایک بزرگ نے مجھے اس دعا کی اجازت دی تھی۔ جب سے میں نے یہ دعا شروع کی ہے مجھے روزگار کی اور معاشی پریشانی نہیں ہوئی۔ میں مطمئن ہوں اب تک بے شمار لوگوں کو بتا چکا ہوں جس جس نے بھی پڑھا ہے دعائیں دیتا ہے۔

قارئین کرام! یہ چند واقعات صرف اس دعا کی اہمیت کو بتانے اور سمجھانے کے لئے ہیں۔ ورنہ تو مسنون دعا کی اہمیت اور فضیلت کیلئے کسی کسوٹی اور توجیع کی ضرورت نہیں بس شرط یہ ہے کہ اس کو جب شروع کریں۔ اہتمام سے مکمل یقین سے دھیان سے دل کی سو فیصد گہرائیوں اور اعتماد سے پڑھیں جتنا یقین کامل ہوگا اتنے اثرات کامل ہوں گے۔

اول و آخر 11 بار درود ابراہیمی درمیان میں 313 بار بعد نماز فجر اور عشاء کے نہایت خشوع اور خضوع سے پڑھیں اگر دن میں 2 بار نہ پڑھ سکیں تو کم از کم ایک بار ضرور پڑھیں۔ اور اگر تعداد بڑھانا چاہیں تو 786 بار صبح شام پڑھ لیں کیونکہ جتنا زیادہ گڑ اتنا زیادہ میٹھا اور اٹھتے بیٹھتے بھی اس دعا کو نہایت نہایت اور نہایت کثرت سے کم از کم 90 دن ضرور پڑھیں۔ اس سے زیادہ پڑھیں اور نفع ہوگا اور اگر زندگی بھر کا معمول بنا لیں تو بات ہی کیا ہے۔

دُعا

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ

اَللّٰهُمَّ اكْفِنِيْ بِحَلَالِكَ عَنْ حَرَامِكَ وَاَغْنِنِيْ بِفَضْلِكَ عَمَّنْ سِوَاكَ.

"الٰہی حرام مال سے بچا کر بذریعہ اپنے حلال مال کے میری کفالت کر اور بہ سبب اپنے فضل کے مجھے اپنے غیر سے بے پرواہ کر دے۔"

دعائیں قبول کیوں نہیں ہوتیں

لوگوں نے ایک دفعہ حضرت ابراہیم بن ادھم بلخیؒ سے سوال کیا' کیا وجہ ہے اللہ تعالیٰ ہماری دعائیں قبول کیوں نہیں فرماتا؟ آپ نے فرمایا۔

1- تم خدا کو جانتے ہو مگر اس کی اطاعت نہیں کرتے۔
2- رسول اللہ ﷺ کو پہچانتے ہو مگر ان کی پیروی نہیں کرتے۔
3- قرآن کریم پڑھتے ہو مگر اس پر عمل نہیں کرتے۔
4- اللہ تعالیٰ کی نعمت کھاتے ہو مگر شکر ادا نہیں کرتے۔
5- جانتے ہو کہ جنت اطاعت کرنے والوں کے لئے ہے مگر اس کی طلب نہیں کرتے۔
6- جانتے ہو کہ دوزخ گنہگاروں کے لئے ہے مگر اس سے نہیں ڈرتے۔
7- شیطان کو دشمن جانتے ہو مگر اس سے دوستی کرتے ہو دور نہیں بھاگتے۔
8- خویش و اقارب کو اپنے ہاتھوں سے دفن کرتے ہو مگر عبرت نہیں پکڑتے۔
9- موت کو برحق جانتے ہو مگر عاقبت کا کوئی سامان نہیں کرتے۔
10- دوسروں کی عیب جوئی کرتے ہو مگر اپنی برائیوں کو ترک نہیں کرتے۔

بھلا ایسے شخص کی دعائیں کیسے قبول ہوں۔

دُعا

اے اللہ! ہم عاجز بندے تیری پاکی بیان کرتے ہیں اور تیرے آگے ہاتھ پھیلاتے ہیں۔

اے اللہ! ہمارے صغیرہ' کبیرہ چھوٹے بڑے ظاہر باطن' اگلے پچھلے سب گناہوں کو اپنے فضل و کرم سے معاف فرما

اللہ تعالیٰ لوگوں کے ساتھ نیکی کرنے والوں کو دوست رکھتا ہے۔

دے۔ ہماری خطاؤں سے درگزر فرما۔ اے غفور الرحیم! ہمارے گناہوں کو معاف فرما۔ اے اللہ! ہم اپنے گناہوں سے شرمندہ ہیں۔ ہم سچے دل سے توبہ کرتے ہیں۔ ہماری خطاؤں کو معاف فرما۔ اے اللہ! جو گناہ جان کر کئے ہیں اور جو انجانے میں ہوئے ہیں سب کو اپنے حبیب پاک ﷺ اور قرآن پاک کے صدقے میں معاف فرما۔

اے اللہ! ہمیں نجات عطا فرما۔ تیری معافی بہت بڑی چیز ہے۔ اے اللہ! ہمیں رحمت کے دامن میں چھپالے۔

اے اللہ! ہم کو سچی توبہ کی توفیق عطا فرما۔ اے معبود برحق تیری عبادت میں جو ہم نے بہت قصور کئے ہیں سب کو معاف فرما۔ اے اللہ! ہم گنہگار ہیں۔ خطا کار ہیں مگر پھر بھی تجھ سے معافی کے طلب گار ہیں۔

اے اللہ! اگر تو نے معاف نہ کیا تو ہم کس کے در پر جائیں گے۔ اے اللہ! تیرا در اس وقت تک نہ چھوڑیں گے جب تک ہمیں معافی نہ مل جائے۔ اے اللہ! اگر تو نے معاف نہ کیا تو ہم تباہ برباد ہو جائیں گے۔ ہم کو صرف اور صرف نجات چاہیے۔ اے اللہ! اپنے پاکیزہ ابر رحمت سے ہمارے دلوں کو اخلاص کے ساتھ دین کی طرف پھیر دے۔ ہم کو پکا اور سچا مسلمان بنا دے۔ اے اللہ! ہم کو اسلام پر استقامت عطا فرما۔ ہمارے قدموں کو صراط مستقیم پر قائم رہنے والا بنا دے۔ اپنی رضاء پر راضی رہنے کی توفیق بخش دے۔ جب تک ہم زندہ ہیں اس پاک اور عالی دین پر قائم رہیں۔

اے اللہ! ہم سے راضی ہو جا۔ ہم کو شیطان اور نفس کے شر سے بچا اور آئندہ ان کے فریب سے بچا۔ اے اللہ! اپنی خاص رحمتیں نازل فرما۔ اے اللہ! ہمیں رات اور دن کے فتنوں سے بچا۔

اے اللہ! جن وانس کے فتنوں سے بچا اور ہمیں زندگی اور موت کے فتنوں سے بچا۔ اے اللہ ہمیں ایمان کی، علم کی دولت سے مالا مال کر دے۔ اے اللہ! گمراہوں کو راہ پر لے آ، اے اللہ! ہمارے متعلقین کو نیک بنا دے اور دین اسلام پر چلنے کی ہمت اور بھلے کاموں کی توفیق عطا فرما۔

اے اللہ! ہمیں ایمان کے ساتھ اور کلمے کے ساتھ اٹھائیو۔ اے اللہ! ہمیں پاکیزگی کی حالت میں موت دینا۔ اے اللہ! ہمیں شہادت والی موت عطا فرمائیو۔ اے اللہ! ہمیں نماز کی حالت میں، روزے کی حالت میں، ایمان کی حالت میں موت عطا فرمائیو۔ اے اللہ! ہماری موت کو تحفہ بنا کر بھیجنا۔ اے اللہ! ہماری موت کو رحمت بنانا زحمت نہ بنانا۔ اے اللہ! ہماری موت کی منزلیں آسان فرمائیو۔ ہماری قبور کی منزلیں آسان فرمائیو ہماری قبر کو جنت کے باغیچوں میں سے ایک باغ بنانا۔ اے اللہ! ہماری قبر کو جہنم کے گڑھوں میں سے گڑھا نہ بنانا۔ اے اللہ! قبر کے کیڑے مکوڑوں سے بچانا۔ قبر کی تنگی سے بچانا۔ اے اللہ! منکر نکیر کے سوالوں کے وقت ثابت قدمی عطا فرمانا۔ اے اللہ! بیماروں کو شفاء دینا۔ کمزوروں کو قوت دے دے۔ اے اللہ! ہمیں جسمانی اور روحانی صحت عطا فرما۔

اے اللہ! ہر قسم کی بیماریوں سے بچا۔ اے اللہ! جو بیمار ہیں ان کو شفاء دے۔ اے اللہ! اخلاص نصیب فرما۔ ہمارے دلوں سے حسد اور بغض وکینہ دور فرما۔ اے اللہ! ہم کو دجال کے فتنے، موت کی سختی، قبر کے عذاب، قیامت کی گرمی اور جہنم کی آگ سے محفوظ فرما۔ اے اللہ! بیوپار، تجارت اور رزق حلال میں برکت عطا کر، خسارے اور نقصان سے بچا۔ اے اللہ! حلال پاکیزہ اور کشادہ روزی عطا فرما۔ اے اللہ! تھوڑے رزق پر قناعت کی توفیق عطا فرما اے اللہ! بے روزگاروں کو روزگار عطا فرما۔ اے اللہ! ہمارے نگہبان، ہمارے جان ومال، عزت وآبرو، مکان، دکان سب چھوٹے بڑوں کی پوری حفاظت فرما۔ اے اللہ! اے احکم الحاکمین! ظالموں کے ظلم سے بچا، مظلوموں کی مدد فرما۔ اے قدرت والے! جو ہمارا دشمن ہے اس کے شر سے بچا، دشمنوں کو ان کی ناپاک نیتوں میں ناکام کر دے۔ غیب سے ہماری نصرت کا سامان فرما۔

اے اللہ! ہمیں ہر قسم کی بلاؤں سے ناگہانی آفتوں اور مصیبتوں سے بچا۔ اچانک موت سے بچا، ہمارے ساتھ رحم و کرم کا معاملہ فرما۔ اے اللہ! ہماری تمام مشکلات کو حل فرما، ہمارے گھروں میں خیر وبرکت عطا فرما۔ اے اللہ! ہمارے سب گھر والوں میں سچی محبت اور پیار عطا فرما۔ ماں، باپ اور اولاد میں، بہن، بھائیوں میں، خاوندوں، بیویوں میں سچی محبت دے۔ اے اللہ! بچھڑوں کو ملا دے، روٹھے ہوؤں کو منا دے، اے اللہ! ہماری دلی تمنائیں پوری فرما۔

اے اللہ! ہمارے لڑکے لڑکیوں کو پاکدامنی نصیب فرما، نیک ازواج نصیب فرما۔ اے قسمت بنانے والے! نصیب اچھا کر دے۔ اے اللہ! بے اولادوں کو نیک اور صالح اولاد عطا فرما۔ اے قدرت والے! ہماری ساری الجھنوں کو دور کر دے، ہماری تمام نیک مرادیں پوری کر دے۔ اے اللہ! تنگ دستوں کی تنگدستی دور فرما۔ اے اللہ! مسلمانوں کو دیس اور پردیس میں چین امن اور سلامتی عطا کر۔ اے اللہ! جو سفر میں ہیں انہیں خیریت سے رکھیو۔

اے اللہ! حضرت آدم علیہ السلام جیسی توبہ نصیب فرما۔

اے اللہ! ہمیں حضرت یعقوب علیہ السلام جیسی گریہ وزاری عطا فرما۔ حسن یوسف علیہ السلام عطا فرما۔ اے اللہ! حضرت ابراہیم علیہ السلام جیسی دوستی نصیب فرما۔ اے اللہ! ہمیں حضرت ایوب علیہ السلام جیسا صبر عطا کر۔ اے اللہ! حضرت داؤد علیہ السلام جیسا سجدۂ شکر نصیب فرما۔ اے اللہ! حضرت ابوبکر صدیق رضی اللہ عنہ جیسا سچا بنا دے۔ اے اللہ! حضرت عمر فاروق رضی اللہ عنہ جیسی خدمت اسلام، رعب و دبدبہ اور شان وشوکت عطا فرما۔

اے اللہ! حضرت عثمان غنی رضی اللہ عنہ جیسی شرم وحیا اور خزانہ عطا کر۔ اے اللہ! حضرت علی رضی اللہ عنہ جیسی شجاعت و بہادری اور سخاوت عطا فرما۔

اے اللہ! ہمیں حضرت محمد مصطفٰے ﷺ جیسے تمام عمل نصیب فرما۔ ''اے اللہ! پیغمبری زندگی اور پیغمبری موت عطا فرما۔'' اے اللہ! ترازو کا پلڑا نیکیوں سے وزنی بنانا۔ اے اللہ! ہمارے چہرے قیامت کے دن روشن رکھنا۔ اے اللہ! قبر کے اندھیرے اور عذاب سے بچانا۔ اے اللہ! ہمارے نامہ اعمال داہنے ہاتھ میں عنایت فرمانا۔ اے اللہ! موت کی سختی سے بچانا، قیامت کی گرمی اور جہنم کی آگ سے محفوظ فرما۔ اے اللہ! پل صراط کا راستہ آسان فرما اور جنت الفردوس میں جگہ دے۔ اے اللہ! ہمیں اپنا دیدار نصیب کرنا اور حضور ﷺ کی شفاعت نصیب کرنا۔ اے اللہ! میدان حشر میں ذلت ورسوائی سے ہماری حفاظت کرنا، وہاں کی بھوک اور پیاس کی شدت سے ہماری حفاظت کرنا، ہمارا حشر اپنے جھنڈے کے نیچے فرمانا، حضور اکرم ﷺ کے دست مبارک سے جام کوثر عنایت فرمانا۔ اے اللہ! پل صراط سے بجلی کی طرح گزار دینا، موت کے بعد بھی تمام گھاٹیوں کو آسان فرمانا۔ یا اللہ! اس پیارے دین کو سرسبز فرما۔ اپنے حبیب ﷺ کے صدقے میں ہماری دعائیں قبول فرما۔

اے اللہ! جس نے یہ دعا شائع کرائی ہے ان کے اور ان کے والدین کے گناہ معاف فرما۔ دنیا اور آخرت میں اپنی رحمت سے نواز اور جنت الفردوس میں بلند درجے عطا فرما۔ آمین

اے اللہ! تو ہمیں آزمائش میں مت ڈال، ہم بہت کمزور ہیں۔ ہمارے ساتھ رحم وکرم کا معاملہ فرما۔ اے مالک الملک! مسلمانوں پر جتنی مشکلات آپڑی ہیں سب کو دور فرما۔ امن وچین اور اطمینان نصیب فرما۔ اے اللہ شکر کرنے والا دل، ذکر کرنے والی زبان، اور تیری یاد میں رونے والی آنکھیں عطا فرما۔ اے اللہ! پریشان حالوں کی پریشانی دور فرما اور جن کی جائز ضرورتیں ہیں ان کو پورا کر۔ اے اللہ! تمام مسلمانوں کو اور ہم کو بھی پانچ وقت کا نمازی بنا دے۔ ہماری نمازوں میں خشوع وخضوع عطا فرما۔ سیدھے راستے پر ہمارے قدموں کو جما دے۔ مقبول اور کارآمد اور نفع بخش عمل نصیب فرما۔ کامل درجہ کا ایمان اور پکا یقین نصیب فرما۔ ضائع اور برباد ہونے والے اعمال سے ہم کو محفوظ فرما۔ تھوڑے سے عمل پر زیادہ سے زیادہ اجر عظیم عطا فرما۔ ہمارے اعمال میں صحابی اور صحابیات اور ازواج مطہرات رضی اللہ عنہم کے اعمال کی جھلک پیدا کر دے۔ ان کے جیسا جذبہ دین عطا فرما۔

اے اللہ! ہمیں مانگنا نہیں آتا، ہمیں اپنی عطا سے عطا فرما جو ہمارے لئے بہتر ہو وہی عطا فرما۔ اپنے نیک بندوں اور پیغمبروں کو جو کچھ عطا فرمایا ہے وہی ہمیں بھی عطا فرما اور جس سے انہوں نے پناہ مانگی اس سے ہماری حفاظت فرما، ہمیں دنیا اور آخرت کی بھلائیاں عطا فرما۔

اے اللہ! شفیع المذنبین حضرت محمد ﷺ کی شفاعت نصیب فرمانا۔ آخرت کی رسوائی سے بچانا، خاتمہ بالخیر کرنا۔ اے اللہ! اپنی محبت کا پاکیزہ شیریں شربت پلا۔ اے اللہ! دنیا اور آخرت کی خواہشوں پر اپنی محبت غالب فرمانا۔

اے اللہ! ہمارے عقائد کو درست فرما۔ ہماری نیتوں کو خالص فرمانا۔ ہمارے دلوں کے اندھے پن کو دور فرما، سینوں کو منور فرما۔ اے اللہ! بدکردار کے کردار کو درست فرما۔ بداخلاق کو مکارم الاخلاق عطا فرما۔ اے اللہ! ہمارے آباؤ اجداد جو اس جہاں سے رخصت ہو گئے ہیں، ان کی مغفرت فرما۔ ان کی

لوگوں سے خوش اسلوبی سے بات کیا کرو۔

قبروں کو ٹھنڈا رکھ۔ ان کی قبروں پر رحمتیں نازل فرما۔ ان کو بلند درجات عطا فرما۔ ان کو جنت الفردوس میں جگہ عطا فرما۔

اے اللہ! ہمیں زیادہ سے زیادہ نیکی کرنے کی توفیق عطا فرما۔ اے اللہ! ہماری قسمت میں حج وعمرہ عطا فرما۔ ہماری لبیک کو قبول فرما۔ اے مالک ومہربان! ہماری ٹوٹی پھوٹی عبادتوں کو اپنے فضل وکرم سے قبول فرما۔ اے اللہ! رمضان المبارک کے روزوں میں تراویح میں' تلاوت میں اور ہر قسم کی نیکیوں میں جو قصور ہم سے ہوئے ہیں سب کو معاف فرما اور تمام نیکیوں کو بڑھا چڑھا کر قبول فرما۔ اے اللہ! دنیا ودین کی تباہی سے بچا اور دنیا ودین کی کامیابی عطا فرما۔ اے اللہ! جو ہاتھ تیرے آگے پھیلے ہیں انہیں بندوں کے آگے پھیلنے سے بچا۔ اے اللہ! جو دنیا میں تیرے آگے سر جھکتا ہے اسے دنیا والوں کے سامنے جھکنے سے بچا اور جب تک تو زندہ رکھے چلتے ہاتھ پیروں کے ساتھ ایمان پر رکھ۔ اے اللہ! سعادت کی زندگی اور شہادت کی موت عطا فرما۔ اے اللہ! ہمیں نیکیوں کی خاطر لمبی عمر عطا فرما۔ اے اللہ! جادو اور سفلی ترکیب کے شر سے بچا' حاسدوں کے حسد سے بچا' جن بھوت اور نظر بد سے بچا۔ اے اللہ! شر پسندوں کے شر سے بچا۔ اے اللہ! مسجدوں کو آباد فرما۔ اے اللہ! دین کے خدمت گاروں میں ہمیں قبول فرما۔

اے اللہ! جو بات ہم کسی سے نہیں کہہ سکتے' ہماری ساری پریشانیاں تیری نگاہ میں ہیں۔ ہمارے جائز مقاصد کو قبول فرما اور ہماری پریشانیوں کو دور فرما۔ اے اللہ! جو والدین اپنے بچوں میں نااتفاقی سے پریشان ہیں ان میں اتفاق اور محبت عطا فرما۔ اے اللہ! جو اپنے بچوں کے رشتوں کے لئے پریشان ہیں ان کو نیک اور اچھے رشتے جلدی عطا فرما۔ اے اللہ ان کی خصوصی مدد فرما۔

اے اللہ! حج بیت اللہ اور عمرہ کے لئے ہماری لبیک قبول فرما۔ حاضری کی توفیق' وسائل اور صحت عطا فرما۔ یا اللہ! جو کچھ نبی کریم ﷺ نے تجھ سے مانگا وہ تمام نعمتیں' ہمیں بھی عطا فرما۔ آمین

اے اللہ! سب والدین کو بچوں کی طرف سے دل کی ٹھنڈک اور آنکھوں کا چین عطا فرما۔ ان کی طرف سے غم اور آزمائش سے بچا۔ اے اللہ! آخرت کا سفر آسان فرما اور اس کی تیاری کی توفیق عطا فرما۔ اے اللہ! حضور نبی کریم ﷺ نے جو زمینی' آسمانی پریشانیوں اور آفتوں سے پناہ مانگی ہے ان سے ہمیں بھی پناہ عطا فرما۔ اے اللہ! ہمارے مقدر کے دکھوں' غموں اور مصیبتوں کو مٹا کر خوشیاں' راحتیں اور چین لکھ دے۔ اے اللہ اولاد کی طرف سے آزمائش سے بچا' اے اللہ! ہمیں دین اور دنیا کی بھلائیاں عطا فرما' اور ہماری جائز نیک دعائیں قبول فرما۔ آمین ثم آمین

خوشخبری

ملک بھر سے محنتی، تجربہ کار اور صاحب اخلاص احباب کی ضرورت ہے جو عبقری کے زیادہ سے زیادہ سالانہ ممبر بنانے میں مدد کریں۔ دس سالانہ ممبر بنانے پر ایک اعزازی سالانہ ممبر شپ دی جائیگی' خواہش مند حضرات فوری رابطہ کریں۔

فون 042-7552384 موبائل نمبر 0304-4177637

میں نے قرآن پاک (نعوذ باللہ) کباڑ خانے میں پھنکوا دیا

ایلس نے لاپروائی سے کہا:

1935ء میں میں ٹریننگ ختم کرنے کے بعد سپرنٹنڈنگ انجینئر ایسٹ بہار سرکل کے دفتر میں بطور اپرنٹس ڈرافٹسمین ملازم ہوا یہ دفتر ایک ہنگامی منصوبے کے تحت معرض وجود میں آیا تھا جس کا کام 1934ء کے قیامت خیز زلزلے کی تباہ کاریوں سے متاثرہ سرکاری عمارات اور پبلک املاک کا سروے کرکے تعمیر ومرمت کا تخمینہ گورنمنٹ کو پیش کرنا تھا کچھ عرصہ تک تمام اسٹاف بھاگلپور کچہری اسٹیشن کے بالمقابل ایک باغ میں خیمہ نشین رہا پھر دریائے گنگا کے کنارے ایک ہندو وکیل شو چرن سنہا کی وسیع وعریض کوٹھی میں منتقل ہو گیا کیمپ کی زندگی کو خیرباد کہہ کر سب نے شہر میں سر چھپانے کے لئے جگہ ڈھونڈ لی میرے دو تین ساتھیوں نے بھی شاہ گنج میں چھوٹا سا مکان کرائے پر لے لیا اور کھانا پکانے کے لئے ایک ملازم رکھ لیا اب ہم صبح کو کھانا کھا کر چلے جاتے اور شام کو چار بجے واپس آ جاتے۔

کچہری روڈ سے دفتر جاتے وقت ایک بلند وبالا کوٹھی راستے میں پڑتی تھی جو آرائش وزیبائش کے لحاظ سے اردگرد کی تمام کوٹھیوں میں ایک منفرد مقام رکھتی تھی وسیع وعریض لان پھولوں سے لدی ہوئی روشیں اور ہرے بھرے درختوں سے جھانکتی ہوئی سرخ ٹائیلوں کی پرشکوہ عمارت کوٹھی کے مین گیٹ پر سنگ مرمر کی تختی پر سیاہ حروف میں ہائی لینڈز کندہ تھا ہمارا دفتر اس کوٹھی سے کوئی چالیس پچاس گز آگے تھا۔

جب کام سے دل اکتا جاتا حالانکہ کام بھی مختصر سا تھا تو ہم چائے پینے کے لئے کنٹین میں آ بیٹھتے جو لب سڑک دفتر کے دائیں ہاتھ واقع تھی وہاں چائے پیتے ہوئے اکثر میں نے شام کو ایک وجیہ صورت گورے چٹے نوجوان کو ایک حسین وجمیل یورپین لیڈی اور ایک تین چار سالہ گڑیا سی لڑکی کے ہمراہ کوٹھی سے بغرض سیر وتفریح نکلتے دیکھا تھا بعد میں معلوم ہوا کہ اس نوجوان کا نام سجاد ہے جو ڈسٹرکٹ کورٹ کے نامی گرامی بیرسٹر ہیں اور یورپین لیڈی ان کی بیوی اور گڑیا نما لڑکی ان کی بیٹی ہے ولایت سے بیرسٹری پاس کرکے آتے وقت ایک بیگم بھی ہمراہ لے آئے تھے پٹنہ کے مشہور ومعروف وکلا سر علی امام اور حسن امام نے یورپین بیگمات لا کر طرح ڈال دی تھی اب جو کوئی بھی اعلیٰ تعلیم کے سلسلے میں ولایت جاتا ایک آدھ ولایتی بیگم اپنے ہمراہ ضرور لاتا۔ کچھ دنوں بعد ایک خوش رو نوجوان کوٹھی سے دودھ وغیرہ لینے کے لئے کنٹین میں آنے جانے لگا آدمی پڑھا لکھا اور ملنسار تھا اس لئے میری جلد ہی اس سے دوستی ہو گئی اس کا نام صغیر احمد تھا صغیر صاحب بیرسٹر صاحب کے ٹائپسٹ اور نجی خط وکتابت کے انچارج تھے اور ان کے پاس کوٹھی میں رہتے تھے جب کبھی میاں بیوی زیادہ مصروف ہوتے تو وہ اس گڑیا سی لڑکی کو جس کا نام لیلیٰ تھا سیر کرانے کے لئے لے آتے اور ہم بڑی دیر تک اس سے بچوں کی سی باتیں کرکے دل بہلایا کرتے۔

باتوں باتوں میں صغیر نے بیرسٹر سجاد حسین ان کی اہلیہ اور خاندان کے دیگر افراد کے بارے میں بہت سی باتیں بتائیں ایک دن صغیر کہنے لگا کہ سجاد صاحب کے والدین بھی اپنے گاؤں سے کوٹھی میں رہنے کے لئے آ گئے ہیں۔

پھر ایک دن شام کو میں نے ادھیڑ عمر کے ایک بزرگ کو شرعی پائجامہ پلے دار ٹوپی اور سفید براق کرتے میں ملبوس کوٹھی سے نکلتے ہوئے دیکھا یہ سجاد صاحب کے ابا جان تھے چائے پیتے ہوئے صغیر کوٹھی کے مکینوں کے طرز زندگی پر تبصرہ شروع کر دیتا ایک دن اس نے بتایا کہ سجاد صاحب کی ایک بیوہ بہن بھی یہیں آ گئی ہے وہ کسی مقامی اسکول میں ہیڈ مسٹریس ہے۔

دن اسی طرح گزرتے رہے مجھے اس خاندان سے نہ جانے کیوں دلچسپی سی ہو گئی تھی حالانکہ میری ان سے کوئی رشتہ داری نہ تھی ہم وطنی کا تعلق نہ تھا سوسائٹی میں مقام ومرتبہ میں میں ان کا ہم پلہ نہ تھا براہ راست ان سے ملاقات نہ تھی پھر بھی بلا ارادہ میں صغیر سے کرید کرید کر ان کے بارے میں معلومات فراہم کرتا اور وہ بھی نت نئی داستان سناتا اور میں ہمہ تن گوش ہو جاتا یہ میرا روزمرہ کا معمول تھا۔

ایک دن صغیر نے آتے ہی کہا آج تو صاحب غضب ہو گیا بیگم صاحب نے صاحب کی عدم موجودگی میں ان کی بہن اور ماں باپ کو گھر سے نکال دیا ہے گھر سے نکال دیا ہے؟ میں نے بھونچکا سا ہو کر کہا یہ تم کیا کہتے ہو' سچ ہی تو کہہ رہا ہوں وہ بمشکل اپنے جذبات پر قابو حاصل کرتے ہوئے بولا جب سجاد صاحب کچہری سے واپس آئے تو ماں باپ کو نہ پا کر بیگم صاحبہ سے پوچھا امی ابا کہاں ہیں نظر نہیں آتے میں انہیں گاؤں بھیج دیا ہے بیگم صاحبہ کا جواب تھا گاؤں بھیج دیا مگر کیوں؟ سجاد صاحب نے حیران ہو کر پوچھا۔

میرا مکان کوئی سرائے یا مسافر خانہ تو ہے نہیں جو ایرا غیرا چاہے بوریا بستر اٹھائے یہاں ڈیرے ڈال کر بیٹھ جائے۔ مگر وہ تو میرے ماں باپ تھے غیر نہیں تھے پھر میں نے انہیں تمہارے مشورے ہی سے بلایا تھا صاحب آزردگی سے بولے یہ صحیح ہے مگر میں انہیں مستقل طور پر یہاں فروکش ہونے کی اجازت نہیں دے سکتی تھی اس لئے واپس بھیج دیا۔

ہارے ہوئے جواری کی طرح سجاد صاحب کچھ دیر تک جرح قدح کرتے رہے پھر اس طرح خاموش ہو گئے جیسے کہ یہ کوئی خاص بات ہی نہ ہو۔

صغیر اپنے جذبات کی رو میں کہہ رہا تھا کہ سچ تو یہ ہے کہ

ظالموں کو کبھی فلاح نہیں ملتی۔

بیگم صاحبہ کی بدسلوکی میرے لئے ناقابل برداشت تھی کاش کہ میں ان کا ملازم نہ ہوتا۔

اسی طرح کوئی میری بہن اور ماں باپ کو گھر سے نکال کے دیکھتا تو اسے معلوم ہو جاتا کہ غیرت مند بھائی اور بیٹے کے جذبات سے کھیلنا کتنا مہنگا سودا ہوتا ہے۔

جب سجاد صاحب ہی نے اسے معمولی واقعہ سمجھ کر نظر انداز کر دیا تو ہمارا تمہارا غصہ فضول ہے میں نے اس کے غصے کو فرو کرنے کی نسبت سے کہا ولایتی بیگم سے اور کیا امید ہو سکتی ہے وہ جہاں رہیں گی تمہار ہیں گی رشتے داروں کا وہاں گزارہ مشکل ہوتا ہے یہ بھی سچ ہے وہ کہنے لگا مگر انہیں ولایت سے بیوی لانے کی ضرورت بھی کیا تھی ان کے اپنے گھرانے میں ایک سے ایک حسین اور تعلیم یافتہ لڑکیاں ہیں مگر سکرٹ پہنے اور بے نقاب پھرنے والی میمیں نہیں۔

اس واقعہ کے چند روز بعد صغیر میاں مجھے تلاش کرتے ہوئے دفتر میں آ گئے میں گھبرا کر اٹھ کھڑا ہوا اور اس کے ساتھ کینٹین میں آ گیا ادھر ادھر کی باتوں کے بعد کہنے لگا ننھی لیلیٰ کے لئے ایک ٹیوٹر کی ضرورت ہے جو اسے اردو اور حساب پڑھا سکے پہلے ایک مولوی صاحب یہ خدمت انجام دیتے تھے مگر وہ ایک ہفتے کی چھٹی لے کر جو گاؤں گئے تو واپس نہیں آئے اس لئے میرا خیال ہے کہ تم یہ خدمت اپنے ذمے لے لو تو بہتر رہے گا میں کچھ دیر تک سوچتا رہا پھر حامی بھری اور شام کو دفتر کے بعد اس کے ہمراہ اس دیدہ زیب کوٹھی میں انٹرویو کے لئے جا پہنچا میاں بیوی میرے انداز ے کے مطابق کچھ کھچے کھچے سے تھے پھر بھی انہوں نے میری تعلیم اور خاندان کی چھان بین کے بعد اگلے دن سے آنے کا وعدہ لے لیا مشاہرہ بیس روپے طے ہوا اور شام کو پانچ بجے سے چھ بجے تک ٹیوشن کا وقت مقرر رہا۔

میں اگلے دن سے بلا ناغہ لیلیٰ کو پڑھانے کے لئے جانے لگا یہ ننھی سی لڑکی بے حد ذہین اور ہوشیار تھی تعلیم کے دوران ایسے ایسے سوال پوچھ بیٹھتی کہ میں بغلیں جھانکنے لگتا وہ انگریزی بڑے پیارے لہجے میں بولتی تھی البتہ اردو میں گورہ شاہی انداز تھا جو اسے اپنی ماں سے ورثے میں ملا تھا وقت بے وقت سجاد صاحب اور کبھی کبھی ان کی بیگم صاحبہ میرے پاس ہی برآمدے میں آ بیٹھتے شاید میرے طرز تدریس کو جانچنا چاہتے تھے میں نے دیکھا کہ سجاد صاحب کم گو اور بے حد مشین طبع تھے البتہ بیگم صاحبہ کے مزاج میں ذرا تندی کا عنصر تھا کوئی دو ڈھائی ہفتے بعد میں ٹیوشن کے لئے حاضر ہوا تو کوٹھی کے لان میں ساز و سامان بکھرا پڑا تھا اتنے میں بیگم صاحبہ نکلیں اور کہنے لگیں بابو آج کوٹھی میں سفیدی ہو رہی ہے اس لئے لیلیٰ کو چھٹی دے دیں کل سے سلسلہ تدریس شروع کیجئے میں لوٹ آیا اور آتے ہی دوستوں کے ساتھ فلم دیکھنے کا پروگرام بنا کے شاہ گنج پہنچا اچھوت کینا نام کی پکچر لگی ہوئی تھی اور سینما میں بے حد ہجوم تھا میں ٹکٹ لینے کے لئے کیو میں کھڑا تھا ہر طرف سے ریلے پر ریلا پڑ رہا تھا کہ اتنے میں مجھے صغیر نظر آیا وہ بھی متلاشی نگاہوں سے ادھر ادھر دیکھ رہا تھا چہرے پر ہوائیاں اڑ رہی تھیں میں نے وہیں کیو میں کھڑے کھڑے اسے آواز دی وہ دوڑ کر میرے پاس آیا اور آتے ہی بولا میں آپ کو تلاش کرتے کرتے آپ کے گھر پہنچا تو معلوم ہوا کہ آپ سینما دیکھنے گئے ہیں اس لئے میں سیدھا یہیں چلا آیا مگر میری تلاش کی ضرورت ہی کیوں پیش آئی میں نے پوچھا بیگم صاحبہ نے تو خود ہی مجھے آج کی چھٹی دے دی تھی کہ گھر میں سفیدی ہو رہی ہے یہ سفیدی ہی تو بربادی کا باعث بن گئی وہ افسردگی سے بولا بربادی کیسی بربادی۔ میں نے گھبرا کر پوچھا آپ اس باری سے چھٹکارا حاصل کریں تو کچھ عرض کروں۔

میں نے اپنے ایک ساتھی کو آواز دی اور اسے اپنی جگہ کھڑا کر کے خود صغیر کے ساتھ سینما کمپاؤنڈ سے باہر نکل آیا اور کہا اب کہئے کیا افتاد پڑی ہے۔

بھیا اپنی تو ملازمت آج ختم ہو گئی وہ افسردہ دلی سے بولا مگر ملازمت کے جانے کا مجھے اتنا غم نہیں البتہ جو افسوسناک واقعہ میری آنکھوں نے آج دیکھا ہے اس کا میں خواب میں بھی خیال نہ کر سکتا تھا۔

اس تمہید کو ذرا مختصر کرو میں نے بے چینی سے کہا سینما کا وقت ہو رہا ہے۔ آپ جیسے ہی کوٹھی سے باہر نکلے تو سجاد صاحب کلب سے واپس آ گئے اور کمروں کو دیکھنے لگے یکایک انہوں نے بیگم صاحبہ سے پوچھا ایلس (یہ بیگم صاحبہ کا نام تھا) اس الماری کی کتابیں کہاں گئیں؟ میں نے وہاں کباڑ خانے میں پھینکوادی ہیں بیگم نے جواب دیا۔

کباڑ خانے میں پھنکوادیں؟ سجاد صاحب نے گھبرا کر فقرہ دہرایا: اری کمبخت اس میں قرآن شریف بھی تھا تو پھر کیا ہوا۔ بیگم صاحبہ نے اسی لاپرواہی سے جواب دیا تمہارے کس کام کا نہ تم نے اسے کبھی پڑھا نہ اس پر عمل کیا غلاف میں لپٹا ہوا برسوں سے پڑا تھا میں نے اسے کباڑ خانے میں پھنکوادیا۔

ایلس! یکا یک وہ جوش میں آ کر بولے تم نے ایسی جرأت کیونکر کی تم نہیں جانتیں کہ تمہاری اس حرکت سے مجھے کس قدر تکلیف پہنچی ہے یہ ہماری مقدس کتاب ہے اللہ کا کلام ہے۔

مقدس کتاب! رات دن قانون کی کتابوں سے تمہیں فرصت نہیں آج سے پہلے تو میں نے تمہیں اس الماری کے پاس بھی کبھی جاتے نہیں دیکھا پھر ایک تاریک دور کی یادگار کو سنبھال کر رکھنے کا کیا فائدہ؟ اس روشنی کے زمانے میں اس ناکارہ سی' باقی الفاظ ابھی بیگم صاحبہ کے حلق ہی میں تھے کہ بیرسٹر صاحب کا ہاتھ اٹھا اور بجلی کی سی سرعت کے ساتھ اس زور کا طمانچہ بیگم صاحبہ کے گال پر پڑا کہ وہ بمشکل گرتے گرتے بچیں اور کمرے میں موت کی سی خاموشی چھا گئی۔

صغیر صورت حالت کا نقشہ کھینچ رہا تھا مدتوں سے تہذیب نو کی رنگینیوں میں دبی ہوئی دینی غیرت شعلہ جوالہ بن کر بھڑکی اور آن واحد میں لادینی تاریکیوں کے پردوں کو تار تار کر گئی وہ خاموش طبع مرنجاں مرنج بیرسٹر اس دن کے انسان سے بالکل مختلف تھا جس نے ماں باپ اور بہن کو بیوی کے ہاتھوں بے عزت ہو کر گھر سے نکلنے کو برداشت کر لیا تھا مگر قرآن پاک کی بے حرمتی کے خیال ہی نے اس کی کایا پلٹ دی بیگم صاحبہ کے لئے سور کا گوشت گھر میں آتا رہا اور وہ ایک ہی میز پر بیٹھ کر کھاتے رہے تمام کمرے حضرت عیسیٰ کی مختلف قسم کی تصاویر سے آراستہ تھے انہیں گوارا کر لیا بیوی کیتھولک مذہب رکھتے ہوئے بی بی مریم کی مورتی پوجتی رہیں انہوں نے تعرض نہ کیا مگر کلام مقدس کی بے حرمتی نے توحید کے نیم فروزاں شعلے کو بھڑکا دیا جو نہاں خانۂ دل میں عرصہ دراز سے راکھ کے نیچے دبا پڑا تھا مگر اس جذبہ تکریم کا انجام بے حد افسوسناک ہوا وہ کیا میں نے گھبرا کر پوچھا۔

بیگم صاحبہ نے بمشکل اپنے تنفر انگیز جذبات کو چھپاتے ہوئے کہا مسٹر سجاد! ایک معمولی سے واقعہ سے مشتعل ہو کر تم نے جس وحشیانہ پن کا ثبوت دیا ہے وہ میرے لئے ناقابل برداشت ہے مستقبل کا فیصلہ تو عدالت ہی کرے گی مگر فوری فیصلہ اسی وقت سن لو اس مکان کی رجسٹری میرے نام سے ہے اور آج کے واقعہ کے بعد سے میں تمہیں کسی حال میں بھی اس مکان میں رہنے کی اجازت نہیں دے سکتی آپ اپنا ذاتی سامان اٹھائیں اور فوراً میرا مکان خالی کر دیں سجاد صاحب نے یہ فیصلہ خاموشی سے سنا اور مجھے حکم دیا کہ جو جو سامان بیگم صاحبہ تمہیں بتائیں باہر نکال کر رکھ لو میں ابھی آتا ہوں یہ کہہ کر وہ موٹر میں چلے گئے کوئی آدھ گھنٹے بعد آئے تو دو ٹرک ان کے ساتھ تھے سامان اٹھا کر ٹرکوں میں لادا پھر مجھے محبت سے بلا کر دو مہینے کی تنخواہ دے کر بولے مجھے ضرورت پڑی تو تمہیں دوبارہ بلوا لوں گا فی الحال اپنی ملازمت ختم سمجھو وہ موٹر میں سوار ہو گئے ٹرک پہلے ہی ان کے بتائے ہوئے پتے پر روانہ ہو گئے تھے وقت رخصت لیلیٰ کی بیچارگی قابل دید تھی وہ ننھی سی جان حیران تھی کہ یہ کیا ہو رہا ہے سوچ رہی تھی امی کے پاس رہوں کہ ابا کے ساتھ جاؤں انہوں نے بیٹی سے پیار کیا اور پھر موٹر اسٹارٹ کر دی بیگم صاحبہ نے چیخ کر کہا میرا ماہانہ خرچ بغیر یاد دہانی کے مجھے ملتے رہنا چاہئے بہت بہتر سجاد صاحب نے جواب دیا اور ساتھ ہی محبت پدری سے کہا لیلیٰ کا خیال رکھنا میں یہ روداد سن کر بھونچکا سا رہ گیا سینما بینی کا شوق ختم ہو چکا تھا اپنے دوستوں سے ضروری کام کا بہانہ کر کے میں صغیر کے ساتھ چلا آیا راستے بھر انہی میاں بیوی کے خوشگوار تعلقات کے اسی الم انگیز انجام پر خیال آرائی کرتے ہوئے ہم گھر پہنچ گئے ہم سوچتے تھے کہ سجاد صاحب نے یہ کیا حماقت کی جو ایسا شاندار بنگلہ بنا کر بیگم کے نام ہبہ کر دیا پھر اسے خرچ نامہ بھی لکھ دیا۔

شاید یہ پیش بندی بیگم صاحبہ نے خود کی ہو گی کہ ان ہندیوں کا کیا اعتبار کل کلاں کو پردیس میں لے جا کر قطع تعلق کر لیں تو زندگی کے دن کیسے کٹیں گے اس لئے اس نے شادی سے پہلے ہی تحریری طور پر اپنے مستقبل کو محفوظ کر لیا اب کمائیں گے بیرسٹر صاحب اور عیش کریں گی بیگم صاحبہ مگر لیلیٰ کا کیا بنے گا کیا یہ ڈرامہ اب طلاق پر منتج ہو گا اس کا جواب ہمارے پاس نہ تھا خیر میں گومگو کے عالم میں اگلی شام لیلیٰ کو پڑھانے گیا بیگم صاحبہ اداس سی تھیں وہ سلائیاں اور اون لے کر ہمارے قریب ہی ایک کرسی پر بیٹھ گئیں میری ان سے پڑھائی کے علاوہ کبھی کوئی بات چیت نہیں ہوتی تھی اس لئے میں میاں بیوی کے قطع تعلق پر گفتگو کرنے کا مجاز نہ تھا خیر میں پڑھا کر واپس آ گیا۔

بیگم خاموش تھیں اور لیلیٰ اداس میرا دل بھی اس افسردہ ماحول میں ڈوبتا ہوا معلوم ہوتا تھا دن اسی طرح گزرتے رہے بیگم صاحبہ کی خاموشی گہری ہوتی جا رہی تھی اور میاں سے جدائی کا غم انہیں اندر ہی اندر کھائے جا رہا تھا وہ مجھ سے کچھ کہنا

چاہتی تھیں مگر پھر کچھ سوچ کر چپ ہو جاتیں وہ روزانہ حسب معمول ہمارے قریب آ بیٹھتیں سلائیاں اون کے تانے بانے بنتی رہتیں مگر ان کا دھیان کسی اور ہی طرف ہوتا نہ ہی انہوں نے کبھی کوئی بات کی اور نہ میں ہی اس کی جرأت کر سکا میں اتوار کے بجائے جمعہ کو پڑھانے نہیں جاتا تھا ایک دن انہوں نے اس کی وجہ پوچھی تو میں نے عرض کیا کہ اس دن ہمیں دفتر سے نماز جمعہ پڑھنے کی آدھی چھٹی ہوتی ہے اسلئے میں پڑھانے نہیں آتا وہ یکا یک بولیں بابو تم نے قرآن شریف پڑھا ہے؟

جی میں نے اپنے اسکول کے زمانے ہی میں پڑھ لیا تھا عربی زبان سمجھ لیتے ہیں انہوں نے پوچھا جی ایک حد تک ویسے میرے پاس مترجم قرآن شریف ہے کیا انگریزی میں بھی کوئی قرآن پاک ہے انہوں نے اشتیاق بھرے لہجے میں سوال کیا۔

ہاں میں نے جواب دیا اب تو قرآن پاک کا دنیا کی تقریبا ہر مروجہ زبان میں ترجمہ ہو چکا ہے ہو سکے تو مجھے انگریزی میں کسی بلند پایہ مترجم کا قرآن پاک لا دیجئے میں اس کا مطالعہ کرنا چاہتی ہوں یہ کہ کر انہوں نے سو روپے کا نوٹ دے دیا دوسرے دن میں علامہ عبد اللہ یوسف علی کا Holy Quran لے کر گیا بیگم صاحبہ نے بڑے احترام کے ساتھ اسے میرے ہاتھ سے لے لیا اور اپنے کمرے میں چلی گئیں۔

اب موقع بہ موقعہ وہ مجھ سے قرآن شریف کے متن اور ترجمہ پر تبادلہ خیال کرنے لگیں قرآن خوانی اور اس کے معانی پر بحث کرنے میں میری حیثیت مبتدی کی سی تھی پھر بھی میں اردو ترجمہ شدہ قرآن پاک کا باقاعدگی سے مطالعہ کر کے جاتا اور کافی دیر تک انہیں مطالب ومعانی سمجھانے کی کوشش کرتا رہتا ان کا شوق مطالعہ دیکھ کر میں دنگ رہ گیا اب لیلٰی کی پڑھائی کے ساتھ ساتھ مجھے بیگم صاحبہ کو بھی پڑھانا پڑتا اور اس میں مجھے ایک قسم کی راحت سی محسوس ہوتی تھی ایک قسم کا قلبی سکون ایک دن میں نے انہیں طہارت وضو اور نماز پڑھنے کا طریقہ بتایا اور اس کے فوراً بعد میں اس تبدیلی پر حیرت زدہ رہ گیا کہ وہ باقاعدگی سے پانچ وقت نماز پڑھنے لگیں رمضان شریف میں انہوں نے بڑی پابندی سے روزے رکھے۔

کچھ دنوں کے بعد ہمارے دفتر کی مقررہ میعاد ختم ہو گئی اور میں بادل ناخواستہ ملازمت کی تلاش میں بیگم صاحبہ سے رخصت ہو کر پٹنہ چلا آیا اور جلد ہی مجھے ریلوے میں گارڈ کی ملازمت مل گئی ایک دن شاید 1940ء کا آغاز تھا میں گاڑی چلانے کے لئے بریک سے باہر نکلا تو ایک صاحب نے آگے بڑھ کر کہا گارڈ صاحب ایک منٹ رکیں۔

میرا سامان آ رہا ہے میں نے پلٹ کر دیکھا تو میرے سامنے سجاد صاحب تھے انہوں نے بھی مجھے پہچان لیا اور بڑی محبت کے ساتھ مجھ سے ہاتھ ملا کر خیریت دریافت کرنے لگے اتنے میں قلی ریڑھی پر سامان لادے آ گئے ان کے پیچھے پیچھے فیروزی ساڑھی میں ملبوس ایک بیگم آ رہی تھیں قمیص شلوار پہنے ایک آٹھ نو سال کی لڑکی اٹیچی اٹھائے ان کے پیچھے پیچھے تھی یکا یک سجاد صاحب بولے لیلٰی بٹی اپنے ماسٹر سے ملو وہ لڑکی حیرت بھری نگاہوں سے مجھے کچھ دیر تک کھڑی دیکھتی رہی گارڈ کی یونیفارم نے اسے شک وشبہ میں ڈال رکھا تھا۔

پھر وہ بے اختیار میری طرف بڑھی اور جھک کر مجھے سلام کیا میں محبت سے اس کے سر پر ہاتھ پھیرا او فور مسرت سے اس کا چہرہ گلاب کی طرح کھل اٹھا تھا پھر ساڑھی میں ملبوس بیگم صاحبہ نے السلام علیکم کہہ کر مجھے اپنی طرف مخاطب کر لیا میں حیران رہ گیا یہ وہی بیگم صاحبہ تھیں تر و تازہ پھول کی طرح شگفتہ چہرہ پھر مسکرا کر بولیں آپ گارڈ بن گئے ہیں یہ مجھے معلوم ہی نہ تھا یہ خدائے پاک کا احسان ہے میں نے جواب دیا۔

اب آپ کہاں ہیں؟ یہ سوال بے ساختہ میری زبان پر آ گیا سجاد صاحب آج کل پٹنہ میں جج لگے ہوئے ہیں ہماری رہائش آج کل گلزار باغ میں ہے کسی دن ملنے کے لئے ہمارے یہاں ضرور آیئے گا جی بہتر موقعہ ملا تو ضرور آؤں گا آپ ضرور آئیں میں آپ کا انتظار کروں گی وہ بولیں میں آپ کے قرآن شریف پڑھانے کا شکریہ بھی ادا کرنا چاہتی ہوں اس کا ذکر میں نے سجاد صاحب سے اکثر کیا ہے

میں آپ کا بہت مشکور ہوں سجاد صاحب بولے آپ نے ہمارے تعلقات بحال کرانے میں میری بیگم کو قرآن پاک پڑھا کر بڑی قابل قدر خدمات انجام دی ہیں یہ صرف کلام پاک کا اعجاز ہے میں نے کہا ورنہ ''من آنم کہ من دانم'' دونوں نے سر جھکا کر اس کا اعتراف کیا رخصت ہوئے سامان لدوا کر گاڑی میں بیٹھ گئے اور گاڑی چل دی۔ (بحوالہ سیارہ ڈائجسٹ 'قرآن نمبر)

طبِ نبوی ﷺ اور جدید سائنس قسط نمبر6

کلونجی اور مایوس نوجوان

(گذشتہ سے پیوستہ) لیکن ایک ڈاکٹر کی دوا نے معدے کے نظام کو حیرت انگیز فائدہ دیا لیکن سابقہ مسئلہ جوں کا توں رہا۔ اسی دوران میرے ایک ماتحت نے مجھے بار بار دوائیں کھاتے دیکھ کر ایک دفعہ جرات کر کے پوچھ لیا کہ صاحب جی آپ کس چیز کی دوا لیتے ہیں میں نے کہا کہ میں ایک سخت مصیبت میں مبتلا ہوں اور میں نے اسے اپنی زندگی کا وہ واقعہ سنا ہی دیا جسے میں نہیں سنانا چاہتا تھا۔ اس نے میری بات کو توجہ سے سنا اور کہنے لگا میرے ساتھ بھی بالکل یہی معاملہ رہا ہے۔ میں نے ایک ڈاکٹر اور دو حکیموں کے علاج کئے تھے۔ فائدہ نہ ہونے پر وہ علاج میں نے چھوڑ دیئے لیکن میری قسمت اچھی تھی ہمارے گاؤں میں ایک صاحب کپاس کا بیوپار کرتے ہیں انہوں نے ایک دفعہ باتوں ہی باتوں میں اپنا آزمودہ ایک نسخہ مجھے بتا دیا تھا اس وقت تو میں نے اسے بے توجہی سے سنا لیکن جب وہ مصیبت میرے سر آن پڑی تب اس نسخہ کے اجزاء مجھے یاد ہی نہیں تھے بہت تلاش بسیار کے بعد اس بیوپاری کو تلاش کیا۔ اس سے وہ نسخہ لیا بنایا استعمال کیا۔ مجھے پھر وہ تکلیف نہیں ہوئی اور نہ مجھے شرمندگی اٹھانی پڑی۔ یہ تمام طوطا کہانی سنانے کے بعد اور سیئر صاحب نے نسخہ عاجز کو لکھ کے دینا چاہا۔ لیکن کاغذ نہ مل سکا۔ ایک سگریٹ کی ڈبی پر بندہ نے وہ نسخہ تحریر کر لیا جو قارئین کی خدمت میں من وعن پیش کر رہا ہوں۔

ھوالشافی: کلونجی 50 گرام، عقرقرحا 50 گرام، تخم ریحان 50 گرام، مصری 50 گرام۔ **ترکیب تیاری:** تخم ریحان کے علاوہ باقی تمام اجزاء کوٹ پیس کر سفوف بنائیں اور محفوظ رکھیں ان تمام اجزاء کو کوٹنے کے بعد تخم ریحان بغیر کوٹے پیسے تمام ادویات میں ملالیں۔ اور ایک چوتھائی چمچ صبح وشام بعد از غذا استعمال کریں۔

ترکیب استعمال: جنسی کمزوری اور بے طاقتی کا تیر بہدف نسخہ ہے۔ جسم میں نشاط، کیف، کیفیات، نئے ولولے، نئی جوانی، اور نئی امنگیں پیدا کرتا ہے۔ یہ ایک سینے کا راز ہے جو کہ قارئین کی خدمت میں بلاکم وکاست پیش کر دیا ہے۔ امید ہے جائز ضرورت کیلئے استعمال کریں گے۔

تلی کا بڑھنا اور کلونجی کا تجربہ: بندہ نے ایک رسالہ میں پڑھا تھا کہ کلونجی تلی کا علاج ہے۔ لیکن جب کلونجی کے مزاج اور تلی کے اسباب وعلامات پر غور کیا تو سمجھ نہ آئے۔ اسے اپنی کم مائیگی، کم علمی، ناتجربہ کاری اور مشاہداتی زندگی کی کمی سمجھ کر ایک خاص وقت کیلئے چھوڑ دیا۔ لیکن ایک مریض کے علاج نے اس طرف توجہ مبذول کرائی۔ وہ اس طرح کہ ایک مریض علاج کی غرض سے تشریف لائے جن کی تلی بڑھ چکی تھی۔ پیٹ میں اچھا خاصا پانی بھر چکا تھا۔ حتیٰ کہ پیٹ تن گیا تمام جگہ کے علاجوں سے تھک کر بندہ کے مطب پر تشریف لائے۔ عاجز نے مرض اور مریض کی نوعیت کو ملحوظ رکھتے ہوئے معذرت کر لی اور وہ مایوس ہو کر چلے گئے کچھ ہی عرصے کے بعد ایک جنازے میں شرکت کے دوران وہ صاحب ملے۔ میں ان کی صحت دیکھ کر حیران ہو گیا۔ میں سوال کرنا ہی چاہتا تھا کہ کہنے لگے آپ نے تو مجھے لاعلاج کر دیا تھا۔ آپ ہی نے نہیں بلکہ تمام معالجین نے لیکن اللہ جل شانہ کو صحت مقصود تھی اور ایک مختصر سے نسخے کے عوض میں تندرست ہو گیا میں نے پوچھا تو کہنے لگے کہ وہ نسخہ میرے پاس گھر لکھا ہوا ہے میں آپ کو آ کے مطب پر پہنچا دوں گا۔ دو تین دن بعد وہ مندرجہ ذیل نسخہ لکھوا کر چلے گئے اور اس بات کی تاکید بار بار کی کہ آپ اسے ضرور استعمال کریں۔ میں نے سات مریضوں پر یہ نسخہ استعمال کرایا اور مفید پایا۔ **ھوالشافی:** برنجاسف 9 گرام، پودینہ 9 گرام، افسنتین 3 گرام، کلونجی 2 گرام، سرپھوکا 3 گرام۔

ترکیب تیاری: تمام اجزاء کو ایک کپ تیز گرم پانی میں رات کو بھگو دیں۔ صبح اٹھ کر مل چھان کر اس ایک کوپ میں دو کپ عرق مکو اور ایک کپ عرق کاسنی ملا کر تمام دن یہی عرق پلائیں۔ مذکورہ ادویات کا وزن ایک دن کا وزن ہے۔ اس طرح روزانہ یہ نسخہ استعمال کرائیں۔ کم از کم چالیس دن میں تمام پیٹ کا پانی خشک ہو جائے گا۔ تلی سکڑ جائے گی خون بننا شروع ہو جائے گا۔ جسم پہ ورم بھربھراہٹ، پیلاہٹ اور غیر ضروری نرمی ختم ہو کر جسم بالکل تندرست اور تر و تازہ ہو جائیگا۔ (سانس باقی محفل باقی)

انسان بڑا ہی جلد باز واقع ہوا ہے۔

مقام ولایت پانے کیلئے ایک انوکھا گُر

ناقابلِ بیان مشکلات [illegible] الحسنیٰ اور پاکیزہ زندگی کا نچوڑ

اسماء الحسنیٰ سے مشکلات کا حل آپ سب چاہتے ہیں لیکن زیرِ نظر کالم میں روحانی دنیا کے پیشوا صحابہ کرامؓ، تابعین، اولیاء کرامؒ کی زندگیوں کے ان کا مانہ ہونے اسماء الحسنیٰ کو کن مشکلات اور مسائل میں آزمایا اور خزاں زدہ زندگی مہکتی مسکراتی بن گئی۔

السلام جل جلالہ

(ہر عیب سے پاک)

(عدد=۱۳۱)

انسان کے ہزاروں دشمن شیاطین میں' جنوں اور انسانوں میں' حشرات اور جراثیم میں' ہمہ وقت اس کی تاک میں رہتے ہیں وہ حتی الامکان جاگتے ہوئے تو ان سے ہوشیار رہتا ہے مگر جب وہ خواب خرگوش کے مزے لے رہا ہوتا ہے اس وقت اس کی حفاظت کون کرتا ہے وہی ''السلام'' ہے۔ جو اس کی حفاظت سے غافل نہیں ہوتا لیکن جب وہی ''السلام'' بندے سے سلامتی اٹھا لیتا ہے سب اس کی جان کے دشمن بن جاتے ہیں اور جب تک اس کی سلامتی ہمیں ڈھانپے رکھتی ہے موت ہمارا بال تک بیکا نہیں کر سکتی۔

السلام وہ ذات پاک ہے جو ہر عیب سے پاک ہے۔ مومن بندوں کو عذاب سے سلامت رکھنے والا ہے۔ وہ ایسی ذات ہے جو اپنی ذات میں عیب سے اور اپنی صفات میں نقص سے اور اپنے افعال میں مطلقاً برائی سے پاک ہو اس لئے انسان کو چاہیے کہ وہ نہ صرف اپنی زبان سے بلکہ اپنے ہاتھوں سے کسی دوسرے کو ایذا نہ دے جیسا کہ نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا: ''مسلم وہ ہے جس کی زبان اور ہاتھ سے دیگر مسلمان محفوظ رہیں۔''

جس شخص کا دل حسد' کینہ' بغض اور شرارت سے پاک ہوگیا۔ گناہ کرنے سے اس کے اعضاء بچے رہے شہوت اور غضب پر عقل غالب رہی۔ یہی وہ شخص ہے جو اللہ تعالیٰ کے ہاں قلب سلیم لے کر آئے گا۔ یہ شخص بندوں میں سلام کہلانے کا مستحق ہے اور اپنی خوبیوں کے باعث سب سے زیادہ قرب الٰہی میں جگہ پائے گا۔'' (غزالیؒ)

اوراد و وظائف

آفات سے حفاظت:

☆ جو شخص اس اسم پاک پر مداومت کرے گا تمام آفات سے محفوظ رہے گا اور اگر مریض کے سر پر ہاتھ بلند کر کے ایک سو اکتیس بار بآواز بلند ''یا سلام'' پڑھا جائے تو انشاء اللہ مریض شفایاب ہوگا۔

☆ اس اسم پاک کی بکثرت تلاوت کرنے والا افعال رذیلہ اور کردار قبیحہ سے محفوظ رہتا ہے۔ (ظفر جلیل)

☆ بعد نماز فجر ایک ہزار بار پڑھنے سے علم اور ذہن میں تیزی اور قوت حافظہ میں اضافہ ہوتا ہے۔ (دلائل)

☆ اس اسم پاک کا ذاکر علم اور جود و سخا کی وجہ سے مشہور ہوتا ہے لوگ اس کے مدح خواں ہوتے ہیں۔ (تنویر)

شفائے امراض:

شفائے امراض کے لئے مجرب عمل ہے کہ مرض کی شدید صورت میں مریض کے سرہانے بیٹھ کر اسمائے پاک یا سلام یا اللہ پڑھتا رہے اور تسبیح مریض کے سر کے ساتھ چھوتی رہے جب تسبیح پوری ہو تو تسبیح کو مریض کے تکیہ کے نیچے رکھ دے۔ دوسرے اور تیسرے روز بھی اسی وقت مقررہ پر اس عمل کو دہرائے۔ اور تسبیح مریض کے سرہانے کے نیچے تا شفا رکھی رہے انشاء اللہ پہلے دن سے ہی شفا ہونا شروع ہو جائے گی اور مریض جلد شفایاب ہو جائے گا۔ (تنویر)

امراض سے شفا:

اس اسم پاک ''یا سلام'' کا ذاکر جس بیمار کو دیکھے گا اس کی شفا کیلئے دعا اور بیماری کیلئے دوا کی کوشش کرے گا۔

شفائے امراض و تندرستی:

کسی بیمار کیلئے تین دن تک تین ہزار مرتبہ روزانہ پڑھنے سے شفا ہوگی۔ طریقہ یہ ہے کہ پڑھنے والا غسل کرے اور سفید کپڑے پہنے پھر قبلہ رو بیٹھ کر تین مرتبہ یہ درود شریف پڑھے۔

اللھم صل علی محمد نبینا فی الانبیاء' اللھم صل علی رسولنا محمد فی المرسلین وعلی الہ وبارک وسلم.

اور اس کے بعد تین ہزار دفعہ شمار کر کے پڑھے۔

(بسم اللہ الرحمن الرحیم○ یا سلام)

اور اس کے بعد آخر پر پھر اوپر درج درود شریف پڑھ کر مریض پر دم کرے اور پانی یا دوا بھی دم کر کے مریض کو پلائے۔ تین یا پانچ حد سات روز انشاء اللہ مریض تندرست ہوگا۔ (مجرب عمل ہے)

مریض ہوش میں آئے:

اگر کوئی بیمار بے ہوش ہوگیا ہو اس کے پاس سرہانے بیٹھ کر تین سو دفعہ **''یا رحمن یا سلام''** پڑھا جائے۔ پڑھتے ہی انشاء اللہ مریض بہت جلد ہوش میں آ جائے گا۔

ام الصبیان سے نجات:

جس عورت کے بچے ام الصبیان کے مرض میں مر جاتے ہوں شروع حمل سے وضع حمل تک روزانہ تین مرتبہ حاملہ کو کسی روٹی کے ٹکڑے پر **''سلام قولا من رب رحیم''** لکھ کر کھلایا جائے۔ اللہ تعالیٰ کے فضل و کرم سے انشاء اللہ بچہ ہر مرض سے محفوظ رہے گا اور اپنی طبعی عمر کو پہنچے گا۔

شفائے مرض:

اگر مریض کے پاس سرہانے بیٹھ کر دونوں ہاتھ اٹھا کر اس اسم پاک کو ۱۳۶ بار اس قدر بلند آواز سے پڑھے کہ مریض بھی سن لے تو انشاء اللہ اس کو شفا ہوگی۔ (حضرت تھانویؒ)

اگر بیمار پر ایک سو گیارہ بار پڑھے تو حق تعالیٰ اسے شفا دے اور اگر اس اسم پاک پر مداومت کرے ہر قسم کے خوف سے نڈر ہو۔ (جاری ہے)

ماہنامہ عبقری آپ حاصل کر سکتے ہیں: اپنے شہر میں

۱۔ لاہور: شفیق نیوز ایجنسی، اخبار مارکیٹ، لاہور۔ فون: 042 7236688
۲۔ راولپنڈی: کمبائنڈ نیوز ایجنسی مری روڈ، راولپنڈی فون: 03009142407
۳۔ پشاور: اطلس نیوز ایجنسی، بشیر چیمبرز، ناز سینما روڈ، چوک یادگار، پشاور۔ 091 2573666
۴۔ حیدرآباد: الحبیب نیوز ایجنسی، اخبار مارکیٹ، حیدرآباد۔ فون: 03003037026
۵۔ وزیرآباد: شاہد نیوز ایجنسی، فون 0345 6892591
۶۔ گجرات: خالد بک سنٹر، مسلم بازار، فون 0333 8421027
۷۔ سکھر: الفتح نیوز ایجنسی دکان نمبر 106 مہران مرکز سکھر 071-5613548
۸۔ پاکپتن: شیخ محمد لطیف صاحب' درگاہ بازار پاکپتن شریف 0457-374452
۹۔ بہاولپور: زمزم نیوز ایجنسی بہاولپور 0300-6825135
۱۰۔ حضرو: نعیم پنسار سٹور حضرو ضلع اٹک 0301-5514113
۱۱۔ کوئٹہ: خرم نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ عدالت روڈ کوئٹہ 0333-7812805
۱۲۔ گوجرانوالہ: رحمان نیوز ایجنسی گوجرانوالہ 0300-6422516
۱۳۔ ڈسکہ: نایاب نیوز ایجنسی ڈسکہ 0300-6430315
۱۴۔ سیالکوٹ: ملک اینڈ سنز نیوز ایجنٹ ریلوے روڈ سیالکوٹ 052-4598189

ایجنسی کے خواہش مند حضرات متوجہ ہوں: ملک بھر سے "ماہنامہ عبقری" کی ایجنسی حاصل کرنے کے خواہشمند اور موجودہ ایجنسی ہولڈر معاملات طے کرنے اور اپنی ڈیمانڈ کیلئے اس پتہ پر رابطہ فرمائیں۔ **ادارہ اشاعت الخیر** محلہ قادرآباد، سول ہسپتال چوک، ملتان۔ فون: 0300-7301239 -061 4514929

کیا نیکی کا بدلہ نیکی کے سوا اور بھی کچھ ہو سکتا ہے؟

رحمت کے خزانے

منٹوں میں کروڑ پتی بنانے والے مسنون اعمال کے لازوال فضائل:

قسط 6

اعمال نبوی ﷺ سے ماخوذ غیبی اور معنوی طور پر مالا مال کر دینے والے انتہائی آسان اعمال

فرض نمازوں کی ادائیگی اور پابندی کا ثواب

اجر عظیم (جنت) ملے گی:

اور جو نماز کی پابندی کرنے والے ہیں اور جو زکوۃ دینے والے ہیں اور جو اللہ تعالیٰ پر اور قیامت کے دن پر اعتقاد رکھنے والے ہیں ایسے لوگوں کو ہم ضرور ثواب عظیم عطاء کریں گے۔

نمازوں کی پابندی سے جنت لازم ہو جاتی ہے:

پانچ نمازیں ایسی ہیں جن کو اللہ تعالیٰ نے اپنے بندوں پر فرض کیا ہے جو شخص ان کو ادا کرے گا ان میں سے کسی نماز کے حق کو کچھ بھی معمولی سمجھ کر ضائع نہیں کرے گا تو اس بندے کے لئے اللہ تعالیٰ کے پاس ایک عہد (تیار) ہو جاتا ہے کہ اللہ تعالیٰ اس کو جنت میں ضرور داخل کریں گے اور جو شخص ان نمازوں کو ادا نہیں کرے گا تو اس کا اللہ تعالیٰ کے پاس کوئی عہد نہیں' چاہے تو اس کو عذاب دے' چاہے تو اس کو جنت میں داخل کرے۔ (ابوداؤد' نسائی' ابن حبان)

جنت میں سلامتی سے داخلہ:

ابوہریرہؓ وابوسعیدؓ فرماتے ہیں کہ ہمیں جناب رسول اکرم ﷺ نے ایک دن خطبہ ارشاد فرمایا آپ نے تین مرتبہ فرمایا مجھے قسم ہے اس ذات کی جس کے قبضہ میں میری جان ہے۔ پھر آپ نے اپنا چہرہ مبارک جھکا لیا' آپ کی اس حالت کو دیکھ کر ہم میں سے بھی ہر شخص نے اپنا چہرہ جھکایا اور رونے لگا کسی کو یہ نہ معلوم ہو سکا کہ آپ نے کس لئے حلف اٹھایا ہے پھر آپ نے اپنا سر اٹھایا جبکہ آپ کے چہرہ انور میں خوشی جھلک رہی تھی اور یہ خوشی ہمارے نزدیک سرخ اونٹوں سے زیادہ محبوب تھی۔ آپ نے ارشاد فرمایا

''جو شخص پانچ نمازیں پڑھتا ہے' رمضان کے روزے رکھتا ہے' زکوۃ نکالتا ہے سات بڑے گناہوں سے بچتا ہے اس کے لئے جنت کے (تمام) دروازے کھول دیئے جائیں گے اور اس سے کہا جائے گا سلامتی سے (اس میں) داخل ہو جا۔'' (نسائی ابن ماجہ)

نوٹ: سات بڑے گناہ یہ ہیں۔ (۱) اللہ کا شریک ٹھہرانا۔ (۲) ناحق قتل کرنا (۳) پاکدامن عورت پر تہمت لگانا (۴) عین حالت جنگ میں فرار اختیار کرنا (۵) سود کھانا (۶) یتیم کا مال کھانا (۷) ہجرت کرنے کے بعد کسی عورت کے لئے پھر واپس لوٹ جانا۔ ایک دوسری حدیث میں سود کھانے کی بجائے مسلمان والدین کی نافرمانی کا ذکر ہے اور ہجرت کرنے کے بعد کسی عورت کے لئے پھر لوٹ جانے کی بجائے بیت اللہ میں بے دینی کے مرتکب ہونے کا ذکر ہے۔

زیادہ اعمال کی وجہ سے شہید سے بھی افضل:

حضرت ابوہریرہؓ فرماتے ہیں کہ دو شخص قبیلہ قضاعہ کی شاخ بلی کے تھے دونوں نے حضور ﷺ کے پاس اسلام قبول کیا پھر ان میں سے ایک شہید ہو گیا اور دوسرا ایک سال تک زندہ رہا' حضرت طلحہ بن عبیداللہ فرماتے ہیں کہ میں نے (خواب میں) دیکھا کہ ان دونوں میں سے بعد والے کو شہید سے پہلے جنت میں داخل کیا گیا ہے۔ میں نے اس سے تعجب کیا' جب صبح ہوئی تو میں نے یہ بات رسول خدا ﷺ کی خدمت میں عرض کی---تو آپ نے ارشاد فرمایا:

''کیا اس نے پہلے مرنے والے کے بعد رمضان کے روزے نہیں رکھے تھے؟ کیا اس نے (سال بھر میں) چھ ہزار رکعتیں نہیں پڑھی تھیں اور (اس نے) پورے سال کی اتنی اور اتنی رکعات نہیں ادا کی تھی۔ (مسند احمد)

ابن ماجہ اور ابن حبان میں یہ حدیث طویل طور پر ذکر کی گئی ہے اس میں یہ اضافہ بھی ہے ''اسی وجہ سے تو ان دونوں کے درمیان آسمان وزمین کے فاصلہ سے بھی زیادہ فاصلہ ہے۔''

فرض نمازیں چھوٹے گناہوں کا کفارہ ہیں:

جناب رسول اکرم ﷺ نے ارشاد فرمایا: ''پانچ نمازیں اور ایک جمعہ سے لے کر دوسرے جمعہ تک ان گناہوں کا کفارہ ہیں جو ان کے دوران کئے جائیں جب تک کہ بڑے گناہ غالب نہ ہو جائیں۔'' (مسلم)

دو انمول خزانے کی دعا (بحوالہ حضرت ابودرداءؓ)

قارئین کے بے شمار خطوط موصول ہوئے کہ قرآنی آیات تو مل گئیں لیکن دعا' حدیث کی کس کتاب سے لیں۔ قارئین کی سہولت کے لئے یہ دعا تحریر کر رہے ہیں۔

اَللّٰھُمَّ اَنْتَ رَبِّیْ لَآ اِلٰـہَ اِلَّا اَنْتَ عَلَیْکَ تَوَکَّلْتُ وَاَنْتَ رَبُّ الْعَرْشِ الْکَرِیْمِ ط مَا شَآءَ اللّٰہُ کَانَ وَمَا لَمْ یَشَأْلَمْ یَکُنْ وَلَا حَوْلَ وَلَا قُوَّۃَ اِلَّا بِاللّٰہِ الْعَلِیِّ الْعَظِیْمِ اَعْلَمُ اَنَّ اللّٰہَ عَلٰی کُلِّ شَیْءٍ قَدِیْرٌ وَّاَنَّ اللّٰہَ قَدْ اَحَاطَ بِکُلِّ شَیْءٍ عِلْمًا ○ اَللّٰھُمَّ اِنِّیْٓ اَعُوْذُبِکَ مِنْ شَرِّ نَفْسِیْ وَمِنْ شَرِّ کُلِّ دَآبَّۃٍ اَنْتَ اٰخِذٌ بِنَا صِیَتِھَا اِنَّ رَبِّیْ عَلٰی صِرَاطٍ مُّسْتَقِیْمٍ○

(کتاب الاسماء والصفات للبیھقی صفحہ ۱۲۵ بحوالہ حیاۃ الصحابہ (عربی) جلد ۳ صفحہ ٦٩)

[illegible]
0300-4117637 [illegible] 042-7552384

ماہنامہ عبقری کے ایک خریدار کا انوکھا انداز

قارئین پچھلے دنوں ایک خط ملا اور صاحب نے اپنا نام شائع کرنے سے منع کیا، موصوف نے خلوص سے عبقری کو پسند کیا اور ایک انوکھی بات بتائی کہ انہوں نے طے کیا ہے کہ وہ اپنی کمائی سے ہر ماہ پانچ ہزار روپے بچا کر، عبقری خرید کر لوگوں میں تقسیم کرتے ہیں، انہوں نے اور لوگوں کو بھی ترغیب دی ہے، کسی نے کم کسی نے زیادہ رقم سے عبقری کو لوگوں میں صدقہ جاریہ کیا۔ موصوف نے اصرار کیا ہے کہ آپ رسالے میں میرا پیغام شائع کریں کہ دوسرے احباب بھی ایسا کریں قارئین ان کا پیغام آپ تک پہنچا دیا گیا ہے جو بھی صدقہ جاریہ کرنا چاہے سعادت ہے لیکن ہمیں قارئین سے اس کا جواب بھی چاہئے کہ کیا انہوں نے ایسا درست کیا ہے؟ (ادارہ)

انسان کو وہی کچھ ملتا ہے جس کی انسان کوشش کرتا ہے۔

دیدارِ رسول ﷺ اور محدثین کے ذاتی آزمودہ مشاہدات

(قسط نمبر 5)

ع۔ صاحب

☆ حضرت شیخ عبدالقادر جیلانی رحمتہ اللہ علیہ اپنی مشہور زمانہ تصنیف "غنیۃ الطالبین" میں لکھتے ہیں حضرت ابوہریرہؓ کی روایت ہے رسول اکرم ﷺ نے ارشاد فرمایا جو شخص شب جمعہ میں دو رکعت نماز پڑھے ہر رکعت میں سورۃ فاتحہ اور آیت الکرسی ایک ایک بار اور قل ہو اللہ احد پندرہ مرتبہ پڑھے پھر نماز کے آخر میں ہزار بار اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدِ نِ النَّبِیِّ الْاُمِّیِّ کہے تو وہ مجھے ضرور خواب میں دیکھے گا اور دوسرا جمعہ پورا نہ ہونے پائے گا کہ مجھے خواب میں دیکھ لے گا اور جس نے مجھے دیکھ لیا اس کیلئے جنت ہے۔ (خزینہ رحمت)

☆ "فلاح دارین" میں ہے کہ فرید الدین عطار اپنی کتاب "تذکرۃ الاولیاء" میں حضرت جنید بغدادیؒ کا واقعہ بیان فرماتے ہیں کہ میں نے خواب میں دیکھا کہ میرے عزیز حضرت شبلیؒ کی پیشانی پر بوسہ دیا اور تشریف لے گئے صبح میں نے حضرت شبلیؒ سے پوچھا کہ تو کیا عمل کرتا ہے جو میں نے آج رات ایسا دیکھا ہے انہوں نے بتایا کہ نماز مغرب کی سنتوں کے بعد دو نفل پڑھتا ہوں جن میں یہ آیت پڑھتا ہوں لَقَدْ جَآءَ کُمْ رَسُوْلٌ مِّنْ اَنْفُسِکُمْ عَزِیْزٌ عَلَیْہِ مَا عَنِتُّمْ حَرِیْصٌ عَلَیْکُمْ بِالْمُؤْمِنِیْنَ رَؤُفٌ رَّحِیْمٌ ٥ فَاِنْ تَوَلَّوْا فَقُلْ حَسْبِیَ اللّٰہُ لَآ اِلٰہَ اِلَّا ھُوَ ط عَلَیْہِ تَوَکَّلْتُ وَھُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِیْمِ ٥ (شفاء القلوب)

☆ خزینۃ الاسرار میں ہے کہ جو شخص ان دو آیتوں کو ہر دن میں انتالیس بار پڑھے گا۔ اس پر اللہ تعالیٰ کی طرف سے بھید کھلیں گے اور نبی اکرم ﷺ کی زیارت نصیب ہوگی۔ (جلاء الافہام)

☆ "اعمال اہل اسلام حصہ اول" میں ہے کہ عشاء کی نماز کے بعد چار رکعت نفل کی نیت باندھے اور دل میں حضرت محمد ﷺ کی زیارت کا خیال رکھے۔ اول رکعت میں الحمد کے بعد سورۃ والضحیٰ۔ دوسری میں الم نشرح لک تیسری رکعت میں انا انزلنا اور چوتھی میں فاتحہ کے بعد سورۃ اذا زلزلۃ الارض پڑھے۔ سلام کے بعد ستر بار درود شریف اور ستر بار استغفار پڑھے۔ پاک مکان' پاک جگہ اور خوشبو دار بستر پر قبلہ کی طرف منہ کر کے سو جائے۔ حضور پاک ﷺ کی زیارت نصیب ہوگی۔ (خزینہ رحمت' مجمع الحدیث)

☆ "فقری مجموعہ وظائف" میں علامہ عالم فقری نے درود مستجاب الدعوات کے بارے میں لکھا ہے کہ اگر کوئی شخص رزق حلال کھا کر نوے دن تک روزانہ اس درود پاک کو گیارہ سو مرتبہ سوتے وقت پڑھے تو انشاء اللہ زیارت رسول اللہ ﷺ سے مشرف ہوگا درود پاک یہ ہے صَلَّی اللّٰہُ عَلَی النَّبِیِّ الْاُمِّیِّ الْکَرِیْمِ وَعَلٰی اٰلِہٖ وَاَصْحَابِہٖ وَسَلَّمْ. (خزینہ درود شریف)

☆ "اذکار قرآنی" میں علامہ عالم فقری لکھتے ہیں کہ:

لَقَدْ جَآءَ کُمْ رَسُوْلٌ مِّنْ اَنْفُسِکُمْ عَزِیْزٌ عَلَیْہِ مَا عَنِتُّمْ حَرِیْصٌ عَلَیْکُمْ بِالْمُؤْمِنِیْنَ رَؤُفٌ رَّحِیْمٌ ٥ جو شخص چاہے کہ اسے رسول اکرم ﷺ کی زیارت ہو تو وہ پہلے تقویٰ اختیار کرے اور ساتھ ہی مندرجہ بالا آیت کو روزانہ کثرت سے پڑھے انشاء اللہ زیارت سے مشرف ہوگا۔ اگر کوئی شخص ٦ ماہ تک روزانہ تہجد کی نماز ادا کرنے کے بعد اس آیت کو سو مرتبہ پڑھے تو ضرور زیارت سے مشرف ہوگا اور اگر رمضان شریف کے آخری عشرہ میں اعتکاف میں اس آیت کو روزانہ گیارہ سو بار پڑھے گا تو اسے ضرور دیدار نصیب ہوگا۔ (مجموعہ مجرب عملیات)

☆ مندرجہ ذیل درود شریف کے بارے میں حضرت علامہ سید احمد دحلان رحمتہ اللہ علیہ اپنے مجموعہ میں فرماتے ہیں کہ جو روزانہ ایک ہزار بار پڑھے گا اس کو نبی پاک ﷺ کی زیارت ہوگی۔ علامہ نبہانی رحمتہ اللہ علیہ "افضل الصلوٰۃ" میں فرماتے ہیں کہ یہ نہیں فرمایا کہ خواب میں زیارت ہوگی یا بیداری۔ ظاہر یہ ہے کہ خواب میں زیارت ہوگی درود پاک ہے۔ اَللّٰھُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ عَلٰی سَیِّدِ نَا مُحَمَّدِ نِ الْجَامِعِ الْاَسْرَارِکَ وَالدَّالِّ عَلَیْکَ وَعَلٰی اٰلِہٖ وَصَحْبِہٖ وَسَلِّمْ (فضائل درود)

☆ درود غوثیہ کے بارے میں "فقری مجموعہ وظائف" میں ہے کہ یہ درود پاک خاندان قادریہ کے معمولات میں سے ہے۔ اکثر قادری بزرگ اپنے مریدوں کو اسے روزانہ ١١٥ یا ١١١ مرتبہ پڑھنے کی تلقین کرتے ہیں یہ درود رحمت خداوندی کا خزانہ ہے لہٰذا جو شخص اس درود کو روزانہ ١١١ مرتبہ تاحیات پڑھتا رہے وہ رحمت خداوندی سے مالا مال ہو جاتا ہے۔ اس درود کی برکات حاصل کرنے کے لئے اسے روزانہ پڑھنا چاہیے اور حضور اکرم ﷺ کے قرب اور زیارت کے لئے یہ درود بہت ہی مؤثر ہے۔ درود غوثیہ یہ ہے۔ اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی سَیِّدِنَا وَمَوْلَانَا مُحَمَّدٍ مَّعْدِنِ الْجُوْدِ الْکَرَمِ وَاٰلِہٖ وَبَارِکْ وَسَلِّمْ. (الوظیفۃ الکریمہ' خزینہ درود شریف)

☆ حضرت مولانا عبدالحق محدث دہلویؒ اپنی کتاب "جذب القلوب" میں فرماتے ہیں کہ یہ درود پاک حسن قبول میں مخصوص ہے اور درجہ قبولیت کو پہنچ چکا ہے' بیان کرتے ہیں کہ ایک شخص زائرین میں سے جو مقبول دربار تھا یہی درود شریف ہمیشہ پڑھتا تھا۔ وہ جب مدینہ شریف سے سفر کرنے لگا تو حضور اکرم ﷺ نے عالم رویا میں فرمایا کہ چند دن اور ٹھہر جا ہم کو تیرا یہ درود پسند آ گیا ہے۔ یہ درود سلسلہ قادریہ میں بہت مشہور ہے۔ درود پاک یہ ہے۔ اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدٍ مَّعْدَنِ الْجُوْدِ وَالْکَرَمِ وَمَنْبَعِ الْحِلْمِ وَالْحِکَمِ وَعَلٰی اٰلِہٖ وَاَصْحَابِہٖ وَسَلِّمْ. (فضائل الصلوٰۃ والسلام) (باقی آئندہ)

ہر بیماری کا علاج قرآنی آیات سے ممکن ہے

قرآن پاک خداوند کریم کی جانب سے بھیجا گیا ایک نسخہ کیمیا ہے جس میں ہر مرض کا علاج موجود ہے اور قرآنی آیات کی تلاوت کی جائے تو کوئی وجہ نہیں کہ مریض صحت یاب نہ ہو۔ ایک مریض جو چند سال قبل کینسر کے مرض میں مبتلا تھا اور ڈاکٹروں نے اسے لاعلاج قرار دے دیا تھا۔ ایسے میں ایک خدا ترس خاتون نے قرآن پاک کی چند چھوٹی چھوٹی آیات لکھ کر مریض کو دیں۔ ان آیات کی روزانہ تلاوت کرنے سے چند سالوں میں اس شخص کا مرض جڑ سے چلا گیا۔ اس مرض سے صحت یاب ہونے کے بعد اس شخص نے ان آیات مبارکہ کی فوٹو کاپیاں نکلوا کر بوظہبی میں تقسیم کیں تاکہ جو بھی مسلمان اس موذی مرض میں مبتلا ہو خدا کے کلام سے فیض یاب ہو سکے۔ قرآنی آیات سے کینسر کا علاج ممکن ہے۔ درج ذیل ہیں۔ بلکہ ہر بیماری کا علاج ممکن ہے۔

پانچوں وقت باقاعدگی سے نماز ادا کریں۔ روزے رکھیں۔ زکوٰۃ ادا کریں۔ سچ بولیں۔ خلق خدا کو دکھ دینے سے گریز کریں اور اپنی ہر مشکل میں اللہ کی آیات پڑھ کر مدد مانگیں۔ وہی دعاؤں کو قبول فرمانے والا ہے اور ہر مشکل کو حل کرنے والا ہے۔ رزق حلال شرط ہے۔ (زیر زبر قرآن پاک سے دیکھ لیں)

بسم اللہ الرحمن الرحیم. ١- وننزل من القران ما ھو شفاء ورحمۃ المومنین (سورۃ ١٧ آیت ٨٣) ٢- واذ مرضت فھو یشفین (سورۃ ٢٦ آیت ٨٠) ٣- وقل رب اغفر وارحم وانت خیر الراحمین. (سورۃ ٢٣ آیت ١١٨) ٤- امن یجیب المضطر اذا دعاہ ویکشف السوء (سورۃ ٢٧ آیت ٦٢) ٥- قلنا ینار کونی بردا و سلما علی ابراھیم. (سورۃ ٢١ آیت ٦٩) ٦- وایوب اذ نادی ربہ انی مسنی الضر وانت ارحم الراحیمین (سورۃ ٢١ آیت ٨٣) ٧- انی مغلوب فانتصر (سورۃ ٥٤ آیت ١٠) ٨- لا الہ الا انت سبحانک انی کنت من الظلمین (سورۃ ٢١ آیت ٨٧) ٩- فاستجبنا لہ ونجینہ من الغم وکذالک ننجی المومنین (سورۃ ٢١- ٨٨) ١٠- ان ربی علی کل شیء حفیظ (سورۃ ١١ آیت ٥٧) ١١- حسبنہ اللہ ونعم الوکیل (سورۃ ٣ آیت ١٧٣) وتوکل علی اللہ وکفی باللہ وکیلا (سورۃ ٣٣ آیت ٤٨) الیس اللہ بکاف عبدہ (سورۃ ٣٩ آیت ٣٦) ١٤- ھو مولکم فنعم المولی ونعم النصیر (سورۃ ٢٢ آیت ٧٨) ١٥- الحمد للہ رب العلمین. الفاتحہ ١) ١٦- نعم المولی ونعم النصیر (سورۃ ٢٢ آیت ٧٨) ١٧- فتبارک اللہ احسن الخالقین. (سورۃ ٢٣ آیت ١٤) ١٨- لا حول ولا قوۃ الا باللہ العلی العظیم. اول آخر تین دفعہ درود شریف

فجر کی سنتوں کے بعد 41 دفعہ بسم اللہ شریف کے ساتھ الحمد شریف پڑھیں۔ سورۂ یٰسین آیت الکرسی۔ چاروں قل پڑھ کر پانی دم کر کے پئیں۔ انشاء اللہ ہر مرض سے اللہ شفا دے گا۔

جو شخص عزت کا خواہاں ہو اس کو چاہیے کہ اللہ تعالیٰ کی فرمانبرداری کرے کیونکہ عزت خدا کی دین ہے۔

ڈراؤنے خواب ○ نندیں' ساس' جہیز اور قتل ○ ہمارے لئے اب گھر میں کوئی جگہ نہیں ○ انمول خزانے کی تاثیر

قارئین! جب دینی زندگی پر خزاں آتی ہے تو بے دینی اور کالی دنیا کا عروج ہوتا ہے۔ اگر آپ کسی کالی دنیا، کالی دیوی یا کالے جادو سے ڈسے ہوئے ہیں تو لکھیں ہم قرآن و سنت کی روشنی میں اس کا حل کریں گے۔ جسکا معاوضہ دعا ہے۔ براہ کرم لفافے میں کسی قسم کی نقدی نہ بھیجیں توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا ہے جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ خطوط لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں خط کھولتے وقت پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ کسی فرد کا نام اور کسی شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور لکھیں۔ جسمانی مسئلے کے لئے خط علیحدہ ڈالیں۔

ڈراؤنے خواب

سوال: میرا مسئلہ یہ ہے کہ مجھے رات بھر روزانہ ڈراؤنے خواب آتے ہیں۔ اور یہ خوابوں کا سلسلہ سالوں سے جاری ہے۔ ہر وقت دل میں کھٹکا رہتا ہے کہ شاید میرے اوپر جنات کا اثر ہے۔ اور اس اثر کی وجہ سے میرا دل پھٹ جائے گا اور میں مر جاؤں گی۔ میرے پیچھے اکثر بلائیں دوڑتی رہتی ہیں۔ میں باوجود کوشش کے ان بلاؤں سے نہیں بچ سکتی اور خواب میں وہ آفات مجھے زخمی کرتی رہتی ہیں۔ بعض اوقات تو بہت کچھ پڑھ کر سوتی ہوں، لیکن پھر بھی خواب آنا نہیں چھوڑتے۔ اس کا کیا حل کروں؟ مجھے آپ کا دراصل میری ایک ملنے والی ٹیچر خاتون نے بتایا۔ اس کا بھی کوئی مسئلہ تھا۔ اس نے آپ سے رابطہ کیا تو اس نے آپ کے مشورے پر عمل کیا۔ اسے بہت فائدہ ہوا۔ میں آپ کے جواب کا شدت سے انتظار کر رہی ہوں۔ (عظمیٰ، کورنگی)

جواب: بہن! دراصل بات یہ ہے کہ آپ کے گھر میں آسیب کا ذیرہ ہے۔ جس کی وجہ سے وہ مخلوق آپ کو تنگ کرتی ہے۔ آپ اس کا علاج یوں کریں۔ رات کو سوتے وقت باوضو سوئیے۔ اور آخری چاروں قل سات سات بار اول آخر سات دفعہ درود شریف پڑھ کر ہاتھ پر پھونک کر پورے بدن پر مل لیں۔ اور جب تک نیند نہ آئیے اس وقت تک آیۃ الکرسی پڑھتی رہیں۔ اس کے علاوہ اپنے گھر میں سورۃ بقرہ کا آخری رکوع، سورہ حشر کا آخری رکوع اور دو انمول خزانے ٹیپ ریکارڈ میں بھر کر گھر میں ہر وقت چلاتے رہیں۔ ہلکی سی آواز سے یہ گھر میں ہر وقت چلتے رہیں۔ اگر آپ کے پاس دو انمول خزانے نہ ہوں تو پتہ لکھا ہوا جوابی لفافے پر 10 روپے کے ٹکٹ لگا کر بھیج دیں آپ کو مفت دو انمول خزانے کا کتابچہ ارسال کر دیا جائے گا۔ اس کے علاوہ تمام قارئین بھی دو انمول خزانے منگوا سکتے ہیں۔ لیکن شرط یہ ہے کہ پتہ لکھا ہوا ہو اور دس روپے کے ٹکٹ لگے ہوئے ہوں۔ جوابی لفافے کا آنا ضروری ہے۔

نندیں' ساس' جہیز اور قتل

سوال: میرا مسئلہ یہ ہے کہ میری شادی کو سترہ سال ہو گئے ہیں جب سے میں اس گھر میں آئی ہوں ناچاقی، گھریلو پریشانیاں ہر وقت رہتی ہیں۔ میری نندیں اور ساس ہر وقت جہیز کم لانے کا شکوہ کرتی ہیں جبکہ ایک دو دفعہ تو انہوں نے مجھے زہر دے کر اور آگ لگا کر قتل کرنے کی کوشش بھی کی لیکن کیا کروں چھوٹے چھوٹے بچے اور بوڑھی ماں کے وہ الفاظ سامنے آ جاتے ہیں جو ماں نے رخصتی کے وقت کہے تھے کہ بیٹی! اب تیرا جنازہ خاوند کے گھر سے ہی نکلنا ہے۔ بس اس قول کی لاج رکھ رہی ہوں ورنہ تو زندگی پریشان اور اجیرن ہے۔ کئی دفعہ سوچا کہ خودکشی کر لوں لیکن اسلام میں خودکشی حرام ہے۔ ورنہ اپنے آپ کو میں پہلے ہی ہلاک کر چکی ہوتی۔ لہٰذا مہربانی فرما کر مجھے میرے مسئلے کا روحانی شافی حل بتائیں۔ (رفعت بھیرہ، سرگودھا)

جواب: محترمہ۔ میری تین باتوں پر عمل کریں گھر جنت کا نمونہ بن جائے گا۔ انشاء اللہ سب سے پہلے جس طرح آپ نے صبر اور استقامت سے جیسا سابقہ وقت گزارا ہے۔ اس پر مزید صبر کریں۔ بہن ہمیشہ حالات یکساں نہیں رہتے۔ سورج آخر غروب ہوگا اور خزاں بہار میں بدلے گی ضرور۔ اس بہار کے انتظار میں زندگی کے شب و روز یعنی صبر و استقامت میں اور زیادہ کوشش کریں۔ دوسرا سورۃ مریم ایک بار اول و آخر گیارہ مرتبہ درود شریف پڑھیں اور اپنے مسئلے کے لئے دعا کریں۔ بے شمار لوگوں نے آزمایا اور نہایت مفید پایا تیسرا آپ اٹھتے بیٹھتے "یَا سَتَّارُ یَا غَفَّارُ" نہایت کثرت سے پڑھیں کم از کم 500 سو مرتبہ تو پڑھ ہی لیں ایک اور عمل بھی اس کے ساتھ ساتھ کریں۔ جب بھی گھر کا کوئی بھی کام کاج آپ کرنا چاہیں تو سات دفعہ بسم اللہ الرحمن الرحیم پڑھ لیا کریں۔ اس سات دفعہ بسم اللہ الرحمن الرحیم کا ایک واقعہ عرض کرتا ہوں مجھ سے کئی گھرانوں نے بے برکتی معاشی پریشانی کا گلہ کیا تنگی اور کاروبار کا شکوہ کیا میں نے انہیں جب بھی سات دفعہ بسم اللہ الرحمن الرحیم ہر کام کرنے سے پہلے پڑھنے کا مشورہ دیا اور انہوں نے باقاعدگی سے ایسا پڑھنا شروع کر دیا اللہ تعالیٰ نے نہایت کرم نوازی فرمائی اور ان کے مسائل مشکلات پریشانیاں روز بروز حل ہونے لگیں۔

جسم بھاری اور بوجھل

سوال: آج سے ۳ ماہ قبل میں ایک میت میں گئی قریبی عزیز تھے۔ وہاں سارا دن رہی تدفین کے بعد واپس گھر آئی تو جسم بھاری بھاری اور بوجھل تھا، میں نے سمجھا کہ شاید موت کے غم کے اثرات ہیں۔ لیکن وہ کیفیت بڑھتی گئی اور آج تک جوں کی توں ہے۔ اس سلسلے میں میں نے دل کے ڈاکٹروں کو دکھایا ECG خون کے ٹیسٹ ایکسرے اور پیشاب کی تمام رپورٹیں بالکل صحیح نکلیں ہومیو پیتھک علاج بھی کیا تھوڑا سا دیسی علاج اور بکرے کا صدقہ بھی کیا۔ لیکن تھوڑے سے فوائد کے بعد مرض اپنی اصلی حالت میں آ جاتی ہے۔ ایک پیر صاحب کے پاس گئی انہوں نے حساب لگایا اور کہا آپ پر کسی نے جادو کیا ہے۔ تین ہفتے انہوں نے علاج کیا اور ہزاروں روپے خرچ ہو گئے۔ اسطرح ایک اور قاری صاحب نے قرآن پر فال نکالی اور پھر کچھ ماش کے دانے پڑھ کر دیئے۔ ان ماش کے دانوں کو اپنے سر کی پچھلی طرف پھینکنا ہوتا تھا لیکن مرض بڑھتا گیا جوں جوں دوا کی۔ فائدہ نہ ہوا۔ آپ کا ماہنامہ ہر ماہ باقاعدگی سے پڑھتی ہوں۔ دل میں آیا کہ آپ سے مشورہ کر کے دیکھوں۔ مہربانی کر کے میرے مسئلے کا حل بتائیں۔ (مبارک بی بی، نواب شاہ)

جواب: بہن! یہ مسئلہ آپ کا نہیں بلکہ تمام بہنوں کا مسئلہ ہے۔ جب وہ گھر سے باہر نکلتی ہیں تو بن سنور کر نکلتی ہیں اور کسی مجلس میں اگر جانا ہوتا ہے تو چونکہ وہاں ہر قسم کا چہرہ ہوتا ہے اور بعض خواتین نہ چاہتے ہوئے بھی نظر بد لگا دیتی ہیں۔ یہ دراصل آپ کو نظر بد لگی ہوئی ہے۔ بلکہ احادیث میں تو نظر بد جنات کے ذریعے بھی لگانا ثابت ہے اور انسانوں کی نظر تو واقعی لگتی ہے۔ میرے پاس کئی لوگ ایسے آتے ہیں۔ جو بظاہر بیمار، پریشان، کھانا ہضم نہیں ہوتا۔ بیماری ہے کہ روز بروز بڑھتی جا رہی ہے۔ تو جب ان کا علاج کیا گیا تو یقینی فائدہ ہوا۔ اس لئے ایک تو تمام بہنوں سے درخواست ہے کہ وہ گھر میں بھی اور گھر سے باہر بھی اپنے اندر سادگی کی عادت ڈالیں اور مندرجہ ذیل عمل کریں۔ بسم اللہ الرحمٰن کے بعد "الاسلام حق والکفر باطل" اول و آخر سات دفعہ درود شریف اکیس دفعہ پڑھ کر اپنے اوپر دم کریں یا جس کسی کو نظر بد لگی ہوئی ہو اس پر دم کریں اور اس کے علاوہ سورۃ قریش سات دفعہ روزانہ پڑھ کر اپنے اوپر دم کر لیا کریں۔

ہمارے لئے اب گھر میں کوئی جگہ نہیں

سوال: ۔ جناب عبقری صاحب! میرا مسئلہ یہ ہے کہ میرے

دو بیٹے پانچ بیٹیاں ہیں تمام شادی شدہ ہیں ہم دو میاں بیوی عمر رسیدہ ہیں۔ لیکن صورت حال یہ ہے کہ ہم میاں بیوی کے لئے زمین کے کسی کونے میں جگہ نہیں ہے۔ اس کی وضاحت یہ ہے کہ ہم نے سوچ سمجھ کر اور کوشش کر کے اپنی طرف سے نیک اور شریف بیٹوں کی بیویاں لائے دو بیٹے اسی گھر میں رہتے ہیں اور دو بیٹے علیحدہ۔ لیکن جب سے گھر میں بہو آئی ہے ہم میاں بیوی کا رہنا ہر وقت ناپسند کیا گیا۔ قدم قدم پر ہمیں پریشان کیا گیا ایک کمرہ تھا جس میں ہم دونوں رہتے تھے وہ بھی ہم سے خالی کرا لیا گیا ہم برآمدے میں رہنے لگے۔ اب دن رات یہ کوشش ہے کہ ہم برآمدہ بھی چھوڑ دیں اور گھر سے نکل جائیں اور اپنی کسی بیٹی کے ہاں جا کر رہیں ہم کیا کریں ساری زندگی جس گھر کو بنایا جس گھر میں رہے، جس اولاد کی پرورش کی اب وہی بیٹے بیویوں کی سنتے ہیں ہماری نہیں سنتے۔ بلکہ ہمیں چھوڑتے ہیں اور کئی دفعہ بیٹوں نے کھلے الفاظ میں کہہ دیا کہ آپ ہماری بہنوں کے ہاں جا کر رہیں ہم کہاں جائیں؟ ہمارا واحد سہارا یہی گھر ہے۔ ہم عاجز لوگ کہاں جائیں رو رو کر میری آنکھیں تقریباً ختم ہو گئی ہیں اپنا کھانا پینا خاوند کی پنشن کی وجہ سے خود کرتے ہیں۔ (بلقیس خضدار)

جواب: محترم اماں جی! آپ کا خط پڑھ کر دل بھر آیا اور آنکھوں میں آنسو آ گئے۔ کیسی حیرت انگیز بات ہے کہ جو والدین دن رات بچوں کو پالتے رہے اور وہی بچے جوان ہو کر بچوں والے بن گئے تو اب وہ دو والدین کو نہیں سنبھال سکتے۔ اتنی شرم ناک اور عبرت انگیز داستان ہے۔ ایسا یورپ میں امریکہ میں تو سنا ہی تھا لیکن پاکستان میں بھی یہ حالات دیکھنے کو مل رہے ہیں بہر حال آپ صبر کریں اور اس گھر کو نہ چھوڑیں۔ مندرجہ ذیل وظیفہ کثرت سے پڑھیں اور صبح و شام اول و آخر درود شریف سات دفعہ اور 313 دفعہ "یا ھادی یا نصیر" پڑھیں۔ میں آپ کیلئے دعا بھی کروں گا اگر آپ کو دو انمول خزانے مل جائیں تو وہ آپ ضرور پڑھیں۔

دو انمول خزانے کی تاثیر:

سوال: میں نے دو انمول خزانے آپ کے مشورے سے پڑھنے شروع کئے مجھ پر عرصہ دراز سے جنات کے اثرات تھے۔ میں نے کثرت سے دو انمول خزانے پڑھے آپ کی بتائی ہوئی ترتیب کے مطابق اول و آخر گیارہ مرتبہ درود شریف اور اکیس مرتبہ دو انمول خزانے پڑھے۔ رات میں یہ پڑھ رہا تھا اور پڑھتے ہوئے مختلف چھوٹے اور بڑے جنات سائے کی طرح میرے سامنے آ گئے اور مجھے ڈرانے لگے مختلف قسم کی خطرناک آوازیں آنے لگیں۔ لیکن میں نے آپ سے سن رکھا تھا۔ اسلئے پڑھنا نہ چھوڑا اور مستقل مزاجی سے پڑھتا رہا تھوڑی دیر بعد وہ چلے گئے دوسری رات میں پڑھنے بیٹھا تو پھر ایسا ہی ہوا لیکن میں نے پڑھنا بند نہ کیا 27 راتیں ایسا مستقل ہوتا رہا۔ آخر کار جنات کا حاضر ہونا ختم ہو گیا۔ مزید مجھے یہ بتائیں کہ میں یہ عمل جاری رکھوں۔ مجھے بہت فائدہ ہے میری بلا ٹل گئی ہے۔ اور میں مطمئن ہوں۔
(محمد طفیل فیصل آباد)

جواب: محترم آپ دو انمول خزانے توجہ سے پڑھتے رہئے اور اس کے ساتھ یا حافظ، یا حفیظ، یا سلام روزانہ 41 مرتبہ صبح و شام پڑھیں۔

کار خیر کا اچھا انداز

اگر آپ کے پاس کتابیں نئی یا پرانی کسی بھی موضوع یا کسی بھی عنوان کی ہوں یا رسائل ڈائجسٹ میگزین وغیرہ کسی بھی موضوع کے ہوں اور آپ چاہتے ہوں کہ وہ صدقہ جاریہ کیلئے استعمال ہوں، مخلوقِ خدا اس سے نفع حاصل کرے اور آپ کی آخرت کی سرخروئی ہو، مزید وہ رسائل و کتابیں محفوظ ہوں یا پھر یہ رسائل و کتب آپ کے پاس زائد ہوں تو دونوں صورتوں میں یہ رسائل و کتب مدیر ماہنامہ عبقری کو ہدیے کی نیت سے گفٹ کریں وہ محفوظ ہو جائیں گی اور افادہ عام کیلئے استعمال ہوں گی۔ آپ صرف اطلاع کریں منگوانے کا انتظام ہم خود کریں گے یا پھر آپ ارسال فرما دیں۔ (ادارہ)

اہم اعلان

انوکھے روحانی روگ اور لا علاج جسمانی بیماریوں سے چھٹکارے کیلئے

ماہنامہ عبقری سے دوستی کیجئے

انشاءاللہ ماہ جنوری ۲۰۰۷ء میں ادارہ ماہنامہ "عبقری" خاص نمبر شائع کرے گا۔

"کالی دنیا، کالا جادو، وظائف اولیاء اور سائنسی تحقیقات نمبر"

خاص نمبر میں کیا ہوگا: ۞ امام کعبہ کا جادو سحر اور سفلی علوم کے رد میں مسلسل مشاہدات اور تجربات کے بعد ایک تحقیقی مقالہ اور مکمل مسنون علاج ۞ کالے جادو کی تاریخ ایک انگریز محقق کے چشم کشا انکشافات ۞ کالے جادو کی شرعی حیثیت اور محدثین اور علماء کے مشاہدات ۞ تجربہ کار اور عمر بھر کی کاوشوں سے حاصل کرنے والوں کے نچوڑ جن سے کالے جادو اور کالی دنیا جنات سے نجات مل سکے ۞ غیر شرعی اعمال سے مکمل تحفظ۔ حتیٰ کہ غیر شرعی اعمال کار د ۞ پیشہ ور کاہنوں اور جادوگروں کے لیے ننگی تلوار ۞ ایسے وظائف اور عملیات جو گھر بیٹھے نہایت آسانی سے کیئے جائیں ۞ کالی دیوی اور کالے منتروں کی حقیقت اور انکا شافی مسنون علاج ۞ قرآن کا کمال کالے جادو کا زوال ۞ پریشانیوں میں الجھے پریشان لوگوں کی حقیقی تسلی اور توجہ کا یقینی علاج ۞ در در کی ٹھوکریں کھانے والوں اور بے کنارہ کشتی کے سواروں کے لیے بغیر کوشش کے مختصر وظائف و عملیات ۞ جو لاکھوں روپے خرچ کر چکے ہوں اور اب جیب میں پھوٹی کوڑی نہیں اور پریشان ہیں ان کی تسلی کے لیے یہ خاص نمبر ۞ وہ لوگ جو لاعلاج روحانی امراض یا جادو کی وجہ سے کاروباری یا گھریلو مشکلات میں مبتلا ہیں انہیں یہ خاص نمبر ضرور پڑھنا چاہیئے ۞ ایسے لوگ جو بندش اور کالے جادو کی وجہ سے بے اولادی کا شکار ہیں ۞ وہ جو نظر بد یا جادو کی وجہ سے اولاد کی نافرمانی اور سرکشی سے پریشان ہیں۔ حل عبقری خاص نمبر میں پڑھیں ۞ گھر بھر بیماریوں اور پریشانیوں میں مبتلا ہے اور بیماریوں نے ڈیرے ڈالے ہوئے ہیں ۞ ایک مشکل سے نکلتے ہیں دوسری میں پھنس جاتے ہیں حتیٰ کہ کسی طرح نجات کا راستہ نظر نہیں آتا۔ مایوس نہ ہوں عبقری خاص نمبر پڑھیں ۞ گھر میں خون کے چھینٹے، آوازیں، ڈرنا، خوف اور دھماکے یہ سب کالی دنیا اور کالے جادو سے ہو تو علاج عبقری ہے ۞ رشتوں کی بندش یا پھر منزل کے قریب پہنچ کر دور ہو جانا۔ اعمال کی برکت سے ناممکن، ممکن ہوگا انشاءاللہ تعالیٰ ۞ مالی مشکلات، قدم قدم پر رکاوٹیں، میاں بیوی کی ناچاقی اور گھریلو بے سکونی اگر جادو سے ہو تو تحفہ عبقری خاص نمبر ضرور پڑھیں ۞

خاص نمبر سالانہ خریداری کے لیے خصوصی رعائت۔ عام قیمت۔/300۔ سالانہ خریداروں کے لیے قیمت۔/250 ابھی سے اپنی کاپی رقم بھیج کر محفوظ کرا لیں۔

بالکل مفت

اگر آپ مشکلات اور مسلسل مسائل کے ہاتھوں مجبور ہو گئے ہیں یا جادو جنات سے چھٹکارہ چاہتے ہیں تو مایوس نہ ہوں پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ ارسال فرمائیں ایک روحانی تحفہ مفت حاصل کریں

نعمت کا ملنا آزمائش ہے کہ تم شاکر ہو یا ناشکر گزار۔

شہناز نرگس

سردیوں میں جلد کی حفاظت کے طریقے

سردیوں کے موسم میں نہ صرف چہرے بلکہ ہاتھ پاؤں اور بازوؤں کی جلد بھی کھردری اور بے رونق ہو جاتی ہے اس موسم میں بال خشک ہو جاتے ہیں اور ان کی مخصوص چمک ختم ہو جاتی ہے۔ بے رنگ چہرے کے لئے آٹے کی بھوسی میں چھاچھ ملا کر دس منٹ تک چہرے، گردن، ہاتھوں اور بازوؤں پر ان کا لیپ کریں پھر صاف پانی سے دھولیں۔

انڈے کی زردی پھینٹ کر اس میں چند قطرے زیتون کا تیل ملا لیں اور چہرے پر لگائیں بیس منٹ تک لگا رہنے دیں سردیوں میں چہرے کے لئے بہت مفید ہے ان ترکیبوں پر عمل کر کے چہرے پر چمک اور تازگی پیدا کی جاسکتی ہے لیکن اس سے پہلے اچھی صحت کا ہونا بھی ضروری ہے اگر آپ کی جلد نرم ملائم ہے اور صحت اچھی ہے اگر آپ کی جلد نرم ملائم ہے اور صحت اچھی نہیں تو آپ کی شخصیت کوئی اچھا تاثر قائم نہیں کرے گی۔ اچھی صحت کا راز اچھی غذا میں ہے۔ ایسی غذا جو متوازن ہونے کے ساتھ ساتھ ذائقہ دار بھی ہو اور اگر روزانہ میسر ہو تو پھر کیا کہنے۔

اندرونی صحت اچھی ہوگی تو قدرتی طور پر آپ کے چہرے پر تازگی اور شگفتگی نظر آئے گی رہا مسئلہ موسم کے اثرات کا تو اس کے لئے مندرجہ ذیل طریقے اپنایئے۔

روغن زیتون اور شہد کا ماسک

یہ ماسک خاص سردیوں کے لئے ہے اس کو تیار کرنے کے لئے خالص شہد اور زیتون کا تیل برابر لے کر یکجان کر لیں اب کپڑے کی جالی لیں اور تیار پیسٹ میں بھگو دیں چہرے پر لگا کر بیس منٹ تک ڈھانپ لیں اس کے بعد جالی کے سرے کو نیچے سے اوپر کی جانب اتار لیں اور پھر چہرے پر لگے رہ جانے والے ماسک کو عرق گلاب کی مدد سے آہستہ آہستہ اتار دیں اس کیلئے قرشی کا تیار کردہ عرق گلاب بہت مفید ہے کیونکہ یہ خالص بھی ہے اور چہرے کی جلد کی بہتر طریقے سے حفاظت کر سکتا ہے۔ آخری مرحلہ ٹونر کا ہے ماسک اتار کر روئی میں ٹونر لگایئے اور چہرے پر لگائیں اس سے چہرہ تر و تازہ اور شفاف نظر آئے گا یہ عمل ہر دوسرے دن کریں۔

بادام کی گریوں اور دودھ کا ماسک

بادام جو ایک چہرے کے لئے کافی ہوں اچھی طرح پیس کر گرم دودھ میں پھینٹ کر پیسٹ کی صورت میں تیار کر لیں اور چہرے پر لگا کر آدھ گھنٹہ بعد گرم پانی میں تولیہ بھگو کر چہرہ صاف کر لیں اس کے بعد قرشی عرق گلاب سے چہرہ صاف کر لیں چہرے کو صابن سے نہ دھوئیں عرق گلاب سے دھوئیں۔ بعد میں موئسچرائزر لگانا نہ بھولیں یہ ماسک آپ کی جلد میں حیرت انگیز دلکشی اور خوبصورتی پیدا کر دے گا جلد صاف شفاف اور پہلے سے زیادہ نرم اور ملائم ہو جائے گی اس ماسک میں آپ شہد بھی ملا سکتی ہیں۔

خشک جلد کے لئے نایاب ٹوٹکہ

بعض لڑکیوں کی جلد سردیوں میں بہت خشک ہو جاتی ہے اور چہرے پر سیاہ دھبے پڑ جاتے ہیں بلکہ جھریاں بھی نمودار ہونے لگتی ہیں ایسے میں چائے کے ایک چمچہ شہد میں نصف چمچہ عرق گلاب ملا کر چہرہ پر ملیں۔ پندرہ بیس منٹ تک لگا رہنے دیں پھر ٹھنڈے پانی سے دھولیں۔ شہد کا یہ موئسچرائزر روزانہ کیا جاسکتا ہے۔

☆ روغن بادام یا روغن زیتون سے روزانہ مساج کریں۔ اس سے چہرے کی خشکی حیرت انگیز طور پر دور کی جاسکتی ہے۔ یہ مساج آپ رات سونے سے پہلے بھی کر سکتی ہیں۔

☆ چوتھائی سیب لے کر کدوکش کر کے فریج میں رکھ کر ٹھنڈا کر لیں اب چہرے پر لگا کر پندرہ منٹ کے لئے آنکھیں بند کر کے لیٹ جائیں پھر سادہ پانی سے منہ دھولیں سیب جہاں دل کو تقویت دیتا ہے وہاں جلد کو بھی سکون بخشتا ہے اور اس کو چمکدار بناتا ہے۔

☆ بالائی میں شہد اور لیموں ملا کر چہرے پر ہلکا مساج کریں۔

☆ بیسن میں دودھ شہد لیموں کا رس اور ہلدی ملا کر ہفتہ میں ایک بار لگائیں خشک ہونے لگے تو نیچے سے اوپر کی طرف رگڑ کر ماسک اتار دیں اس ماسک کو بازوؤں گردن پر بھی لگائیں چہرہ نیم گرم پانی سے دھوئیں گی تو خود کو آئینے میں دیکھ کر حیران رہ جائیں گی اور بازاری جلد کو گورا کرنے والی کریموں کو بھول جائیں گی۔

☆ دو چائے کے چمچے پپیتے کا گودا لے کر اس میں لیموں کا عرق ایک چمچہ شامل کر لیں ایک چمچہ شہد ملا لیں پھر اپنے چہرے پر لگائیں اور دس منٹ بعد چہرہ دھولیں۔

☆ موسم بدلتے ہی ایڑیاں پھٹنے لگتی ہیں خاص طور پر خشک اور سرد موسم میں ایڑیوں کے پھٹنے کیلئے ایک آزمودہ نسخہ ہے۔ چار چمچے گلیسرین میں ایک لیموں کا رس ملا کر اور ایک چوتھائی چمچہ پسی ہوئی پھٹکڑی ملا لیں دن میں تین بار یہ مرکب پھٹی ہوئی ایڑیوں پر لگائیں چند دنوں کے استعمال سے افاقہ ہوگا۔

انڈے کی زردی پھینٹ کر اس میں شہد ملا لیں بیس منٹ تک چہرے پر لگا رہنے دیں پھر عرق گلاب سے چہرہ صاف کر لیں۔ چہرے پر چمک اور تازگی پیدا ہوگی۔

بالوں کی آرائش اور موسم سے بچاؤ کیلئے

بالوں کی آرائش ان کی خوبصورتی کے لئے پہلی شرط ان کی صفائی اور دھلائی ہے۔

شیمپو کا استعمال:

بال دھونے کیلئے الٹے سیدھے صابن استعمال نہ کریں ریٹھوں کے پانی یا کسی اچھے شیمپو کا انتخاب اپنی جلد کی مناسبت سے کریں خشک اور تیزابی جلدیوں کے الگ الگ شیمپو ہوتے ہیں اگر آپ کے بال روکھے اور خشک قسم کے ہیں تو انہیں دھونے سے تین چار گھنٹے پہلے انگلیوں کی پوروں کی مدد سے جڑوں میں تیل لگائیں۔ ناریل زیتون اور بادام روغن یا سرسوں کا خالص تیل استعمال کریں چار گھنٹوں بعد نیم گرم اور میٹھے پانی سے سر دھولیں بالوں [illegible] اچھی طرح دھو لیں تاکہ شیمپو کے اثرات بالکل صاف ہو جائیں اس کے بعد بالوں کو قدرتی ہوا میں برش کریں۔ ہیر ڈرائیر یا ہیٹر وغیرہ کے استعمال سے بالوں کی چمک ماند پڑ جاتی ہے دن میں کم از کم دو مرتبہ بالوں کو برش ضرور کریں اس سے ان کی جڑیں میل سے صاف ہوتی ہیں۔ خشکی دور ہوتی ہے اور سر کی جلد کا دوران خون تیز ہوتا ہے اگر بال خشک ہیں تو برش کے کناروں کو ہلکا چکنا کر کے استعمال کریں یہ خیال رکھیں کہ برش کے بال سر کی جلد سے رگڑتے ہوئے نہ گزاریں۔

☆ میتھی کے بیجوں کو پانی میں پیس کر ہفتے میں کم از کم دو بار سر کے بال دھونے سے بال لمبے اور گھنے ہوتے ہیں۔

☆ بالوں میں دہی لگائیں یا سرسوں کی کھلی سے بال دھولیں بال ریشم کی طرح نرم ملائم اور مضبوط ہوں گے۔

☆ بال خشک اور کھردرے ہوں تو ظاہر ہے کہ غدود کام کرنا چھوڑ دیتا ہے ایسے میں بالوں کو دھوپ اور خشک ہواؤں سے محفوظ رکھیں، مہندی بہترین کنڈیشنر ہے مہندی میں ایک چمچہ سرسوں کا تیل اور ایک انڈا اچھی طرح پھینٹ کر پیسٹ بنا لیں اسے بالوں میں لگائیں دو سے چار گھنٹوں بعد بال دھو لیں، چاہیں تو لیموں کا رس بھی شامل کر لیں مہینہ میں ایک بار یہ عمل کریں چمکدار اور صحت مند بالوں کیلئے غذا پر دھیان دیں۔ سیب چھلکوں سمیت چبا کر کھائیں یہ بالوں کیلئے بہت فائدہ مند رہیں گے۔

شکوہ نہ کریں

توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا اگر جوابی لفافہ نہیں بھیجا تو جواب نہ ملنے کا شکوہ کیوں کرتے ہیں؟

نہایت توجہ طلب: جوابی لفافے یا منی آرڈر پر پتہ نہایت واضح صاف خوشخط اور اردو میں لکھیں اور اپنا فون نمبر ضرور لکھیں۔
ماہنامہ عبقری سے رابطے کیلئے فون نمبر 042-7552384

عورتوں کا بھی تم پر ایسا ہی حق ہے جیسا تمہارا حق عورتوں پر ہے۔

آئیں مل کر دعا کریں

جیسا کہ قارئین کو معلوم ہے کہ ہر منگل مغرب سے عشاء تک حکیم صاحب کا درس، محفل ذکر خاص، مراقبہ اور خصوصی دعا ہوتی ہے جس میں دور دراز سے مرد و خواتین بھی شامل ہوتے ہیں۔ ذکر میں درود شریف، سورۃ فاتحہ، سورۃ الم نشرح، سورۃ اخلاص آیت کریمہ اور دیگر اللہ تعالیٰ کے مبارک نام ہزاروں کی تعداد میں پڑھے جاتے ہیں اختتام پر لوگوں کے مسائل و معاملات الجھنوں اور پریشانیوں سے نجات کے لئے دعا کی جاتی ہے۔ جو خواتین وحضرات دعا میں شامل ہونا چاہیں وہ علیحدہ کاغذ پر مختصراً اپنی پریشانی اور اپنا نام صاف صاف لکھ کر بھیجیں جسے اس دعا میں شامل کیا جائے گا۔ اس کے علاوہ تمام احباب شریک محفل یا ممبران عبقری سے درخواست ہے کہ وہ اپنی دعاؤں کے ساتھ ان لوگوں کے لئے بھی دعا کریں۔

☆ السلام علیکم! جناب میرا مسئلہ یہ ہے کہ میرے گھر میں برکت نہیں ہے حالانکہ تمام بچے برسر روزگار ہیں لیکن پھر بھی مہینے کے آخر میں مشکلات سے دو چار ہونا پڑتا ہے اس کے علاوہ گھر کے ہر کام میں روکاوٹیں حائل ہیں آپ گھر میں برکت کے لئے دعا کرائیں۔ (منیرہ حیدر۔ کراچی)

* * *

☆ میرا مسئلہ یہ ہے کہ میری شادی کو چار سال ہو چکے ہیں میرا ایک بیٹا ہے لیکن اس کے بعد سے حمل ضائع ہو جاتا ہے میں چاہتی ہوں کہ آپ میرے لئے دعا کرائیں۔ (سلمیٰ حمید لاڑکانہ)

* * *

☆ السلام وعلیکم جناب میری والدہ گزشتہ چار سال سے مختلف بیماریوں کا شکار ہیں۔ بیماریوں سے نجات کے لئے دعا کی درخواست ہے۔ (ثناء رضی۔ کراچی)

* * *

☆ جناب میرا تعلق ٹھیکداری کے پیشے سے ہے میں مختلف جگہوں پر ٹھیکہ لے کر کام کرواتا ہوں مسئلہ یہ ہے کہ گزشتہ چھ ماہ سے میرے کام میں مکمل نقصان ہوتا جا رہا ہے کبھی زیر تعمیر مکان کی چھت گر جاتی ہے کبھی کوئی نقص نکل آتا ہے غرض مشکلات کا شکار ہوں آپ سے درخواست ہے کہ آپ میری عبقری احباب سے دعا کرائیں۔ (سید منظور علی۔ کراچی)

* * *

☆ میں ہر ماہ ماہنامہ ''عبقری'' کا مطالعہ ذوق وشوق سے کرتی ہوں ''محفل دعا'' کا سلسلہ پڑھا اپنے مسئلے کے لئے دعا کی درخواست ہے میری عمر 24 سال ہے میرے ساتھ مسئلہ یہ ہے کہ میرے پورے جسم میں ہر روز شدید درد ہوتا ہے۔ میں نے بہت سی جگہوں پر علاج کروایا روحانی علاج کرانے پر معلوم ہوا کہ بندش کی گئی ہے آپ سے بندش کو دور کرنے کیلئے دعا کی درخواست ہے۔ (عائشہ امین۔ سکھر)

* * *

☆ عبقری جماعت کے تمام احباب سے بیروزگاری سے نجات کے لئے دعا کی درخواست ہے۔ (زبیر عالم۔ ملتان)

* * *

☆ میرا مسئلہ یہ ہے کہ میرے بھائی کی نوکری مستقل قائم نہیں رہتی دو ماہ چھ ماہ بعد فارغ کر دیا جاتا ہے جس کی وجہ سے گھر کے حالات ناقابل بیان ہے آپ سے دعا کی درخواست ہے۔ (رضیہ اکبر۔ کراچی)

* * *

☆ تمام درس میں شامل احباب سے بداثرات سے نجات کے لئے دعا کی درخواست ہے۔ (سلیم احمد۔ حیدر آباد)

* * *

☆ السلام وعلیکم آج میں محفل دعا میں ایک مسئلہ لے کر حاضر ہوئی ہوں مسئلہ شوہر کا ہے، انہوں نے الیکٹریکل انجینئرنگ میں چار سالہ ڈپلومہ کیا ہوا ہے لیکن اپنا کام نہیں کرتے، اسکول میں ٹیچنگ کرتے ہیں اس کے علاوہ کوئی کام نہیں کرتے کرائے کا گھر ہے دو بچے ہیں چاہیں تو اپنی محنت سے ضرورت سے زیادہ کما سکتے ہیں میں چاہتی ہوں کہ آپ میرے شوہر کے لئے دعا کرائیں۔ (انجم ظہور۔ جیکب آباد)

* * *

☆ میں ماہنامہ ''عبقری'' کی پرانی قاری ہوں آپ کی خدمت میں آج سے پہلے بھی اپنا مسئلہ لے کر حاضر ہوئی تھی آج بھی ایک مسئلہ لے کر حاضر ہوں، دراصل میری بوتیک ٹھیک طرح سے چل نہیں رہی ہے گاہک آتے ہیں لیکن کچھ خریدے بغیر واپس چلے جاتے ہیں اور وہی سامان میری اردگرد کی دکانوں سے خرید لیتے ہیں پہلے تو روزانہ تین ہزار کی سیل ہو جاتی تھی لیکن اب ہفتے میں بھی اتنی کمائی نہیں ہوتی، اپنے مسئلے کیلئے دعا کی درخواست ہے۔ (فارحہ انیس۔ لاہور)

* * *

☆ ہمارے ساتھ مسئلہ یہ ہے کہ ہمارا پورا گھر اثرات کی زد میں ہے ہر کام میں رکاوٹیں حائل ہیں، بہنوں کی شادیوں میں رکاوٹ، روزگار میں رکاوٹ، غرض یہ کہ معاشی حالات نہایت دگرگوں ہے آپ سے محفل دعا میں دعا کی درخواست ہے۔ (عامر فاروقی۔ ڈی جی کوٹ)

* * *

☆ میری چھ بیٹیاں اور تین بیٹے ہیں۔ میں اور میرے شوہر درزی کا کام کرتے ہیں مسئلہ یہ ہے کہ میرے بیٹے کام دھندا نہیں کرتے سارا دن آوارہ گردی کرتے ہیں ہماری کمائی سے گھر کے اخراجات ہی بمشکل پورے ہوتے ہیں اس تنگدستی میں بھی چار بیٹیوں کی شادی کر چکی ہوں میں چاہتی ہوں کہ آپ میرے بیٹوں کیلئے دعا کرائیں کہ وہ اپنے فرائض کو پوری ذمہ داری کے ساتھ انجام دیں۔ (دکھی ماں۔ کراچی)

* * *

☆ میرے ساتھ مسئلہ یہ ہے کہ میں گزشتہ دو سال سے بیرون ملک جانے کی کوشش کر رہا ہوں مگر اب تک کامیابی نہیں ہوئی آپ سے دعا کی درخواست ہے۔ (سرفراز حسین۔ گجرات)

* * *

☆ میرے بڑے بھائی کو اللہ تعالیٰ نے بہت اچھا ذہن دیا ہے سب سے پہلی اولاد ہونے کی وجہ سے ماں باپ نے بھی کوئی تکلیف نہیں ہونے دی لیکن وہ شروع سے اب تک ناکامی کی زندگی گزار رہے ہیں شادی شدہ ہیں لیکن اولاد نہیں ہے کاروبار ہے لیکن آمدنی نہیں ہے ایک مرتبہ میرے بھائی نے کسی عامل کو بتایا تو اس نے بتایا کہ آپ پر جادو کیا گیا ہے ساتھ ہی توڑ بھی بتایا لیکن امی نے وہ عمل کرنے سے منع کر دیا کہ کہیں کچھ الٹ نہ ہو جائے آپ بھائی کے تمام مسائل کے حل کے لئے دعا کرائیں۔ (راشدہ اقبال۔ اسلام آباد)

* * *

☆ ہمارے ساتھ مسئلہ یہ ہے کہ ہماری شادی کو نو سال ہو چکے ہیں لیکن ہم لوگ ابھی تک اولاد کی نعمت سے محروم ہیں ڈاکٹری علاج کے مطابق ہم دونوں میں کسی قسم کا کوئی نقص نہیں ہے مختلف جگہوں پر دعا بھی کرائی مگر کسی قسم کا کوئی افاقہ نہیں ہوا اب ہر طرف سے مایوس ہو چکے ہیں آپ کی محفل دعا کا سنا دل میں امید کی کرن پیدا ہوئی آپ تمام عبقری جماعت کے احباب سے میرے لئے دعا کرائیں۔ (عارضہ سعید۔ ایبٹ آباد)

* * *

☆ میرے ساتھ مسئلہ یہ ہے کہ میری ایک چھوٹی سی کریانے کی دکان ہے اس دکان میں پہلے سیل بہت اچھی ہوتی تھی لیکن اب سیل بالکل نہیں ہوتی آپ سے کاروبار میں برکت کیلئے دعا کی درخواست ہے۔ (محمد اسماعیل۔ صادق آباد)

* * *

☆ میرا ایک مکان گزشتہ تین سال سے خالی پڑا ہوا ہے میں اس مکان کو فروخت کر دینا چاہتا ہوں لیکن کوئی گاہک نہیں ملتا جبکہ مکان بہت اچھی جگہ ہے آپ سے مکان کی فروخت کے لئے دعا کی درخواست ہے۔ (ابراہیم حسن۔ سانگھڑ)

* * *

☆ السلام وعلیکم میری عمر 24 سال ہے میرے ساتھ مسئلہ یہ ہے کہ میرے لئے جب بھی کوئی رشتہ آتا ہے تو میری کیفیت عجیب سی ہو جاتی ہے میرے چہرے کا رنگ بدل جاتا ہے اور میں بے انتہا بیمار اور لاغر دکھائی دیتی ہوں یہ حالت مہمانوں کی آمد کے وقت طاری ہو جاتی ہے جبکہ میں خوبصورت پڑھی لکھی اور سلجھی ہوئی طبیعت کی مالک ہوں ان تمام باتوں کی وجہ سے میرا اب تک کہیں رشتہ طے نہیں ہو سکا جبکہ میری چھوٹی بہن کی شادی ہو چکی ہے آپ میری اس کیفیت کے لئے دعا کرائیں۔ (سمعیہ غنی۔ کراچی)

* * *

والدین، رشتہ داروں، مسکینوں اور مسافروں سے نیک سلوک کرو۔

وجیہہ سلیم صاحبہ

گھریلو جھگڑے اور پُرسکون زندگی

آپ ذہنی یا جذباتی دباؤ کا شکار تو نہیں؟

ٹینشن کو کنٹرول کیجئے اور زندگی کے معمولات میں توازن پیدا کیجئے حقیقت پسند بنئے اور منفی احساسات کو پھلنے پھولنے مت دیجئے

آج کل کی تیز رفتار دنیا میں ذہنی دباؤ اور ٹینشن زندگی کا فطری حصہ بن چکے ہیں۔ ذہنی دباؤ کا مطلب مختلف لوگوں کے لئے مختلف باتیں ہیں۔ ایک موٹر چلانے والے کے لئے یہ ٹریفک کی بھیڑ بھاڑ اور گاڑیوں کا دم گھٹا دینے والا دھواں ہوسکتا ہے ایک طالب علم کیلئے یہ امتحان کا دباؤ ہوسکتا ہے۔ ایک گھریلو خاتون کیلئے یہ گھریلو معاملات اور فیملی کی دیکھ بھال بھی ہوسکتا ہے۔

ذہنی دباؤ کے بارے میں یہ نہیں کہا جا سکتا کہ یہ کسی خاص عمر کے لوگوں میں زیادہ ہوتا ہے۔ ہر عمر کے لوگ اور زندگی کے ہر شعبہ سے تعلق رکھنے والے حتیٰ کہ گھر میں محدود رہنے والے بھی ذہنی دباؤ اور اس کے اثرات کا شکار ہوسکتے ہیں۔

ہماری ضروریات، پریشانیاں، صورت حال، واقعات چاہے ان کا تعلق خوشی سے ہو یا غم سے، یہ تمام کے تمام وہ عوامل ہوسکتے ہیں کہ جو ذہنی دباؤ میں معاونت کرتے ہیں۔ ہم میں سے ہر ایک وقت کے کسی نہ کسی لمحے میں ذہنی دباؤ کا شکار ہوسکتا ہے۔ البتہ ہم سے بیشتر کو یہ علم نہیں کہ اس کے ساتھ کس طرح نمٹا جا سکتا ہے اور ہماری یہ لاعلمی ذہنی دباؤ کو ایک طویل عرصے تک ہم پر طاری رکھتی ہے اور پھر اس کے بعد یہ ہماری زندگی پر حاوی ہو جاتا ہے۔ اگر معاملے کو اس حد تک پہنچا دیا جائے تو ذہنی دباؤ ہمیں بیمار بھی کرسکتا ہے نہ صرف طبعی طور پر بلکہ ذہنی اور جذباتی طور پر بھی۔

شدید قسم کے ذہنی دباؤ کے نتیجے میں دل کی دھڑکن کی رفتار بہت تیز ہوسکتی ہے، پیٹ میں مروڑ ہوسکتا ہے پیر ٹھنڈے پڑ سکتے ہیں، ہاتھوں میں پسینہ آ سکتا ہے، منہ خشک ہوسکتا ہے اور پٹھوں میں کھچاؤ کی کیفیت پیدا ہوسکتی ہے اگر ان تکالیف میں شدت آ جائے یا ان پر دھیان نہ دینے سے انہیں بڑھنے دیا جائے تو اس کے نتیجے میں ذہنی دباؤ میں مبتلا فرد بیمار بھی پڑ سکتا ہے۔

ذہنی دباؤ کی بناء پر ہائی بلڈ پریشر، ذیابیطس، ہارٹ اٹیک، ڈپریشن معدے کے السر، صلابت شریان اور دیگر کئی بیماریاں لاحق ہوسکتی ہیں۔ اسی لئے یہ جاننا انتہائی اہمیت رکھتا ہے کہ ذہنی دباؤ کو کس طرح کنٹرول کیا جائے اور یہ جاننے کے لئے پہلے یہ دریافت کرنا چاہیے کہ ذہنی دباؤ کے اسباب کیا ہیں۔ پھر اس کے بعد ہی اسے کم کرنے کے طریقے اپنائے جا سکتے ہیں۔

اسے انگریزی میں ''اسٹریس'' (Stress) کہتے ہیں۔ اس کی تعریف یوں بیان کی جاتی ہے کہ ذہنی یا جسمانی نظام پر کوئی بھی دباؤ اور کسی بھی بات کا جسمانی، ذہنی یا جذباتی ردعمل جس کا ہمارا جسم اور ذہن دونوں ہی عادی نہیں ہیں۔ یہ ایک عام سی مشترکہ قسم کی جھنجھلاہٹ بھی ہوسکتی ہے اور کوئی بہت بڑا سنسنی خیز واقعہ بھی کوئی ایسی بات جس کا کوئی عادی نہ ہو یا اس کے بس میں نہ ہو۔ یہ سب ذہنی دباؤ کا سبب بن سکتے ہیں جیسے کہ جام ٹریفک میں پھنس جانا یا اچانک بارش میں گھر جانا۔

خواتین اسٹریس (دباؤ) کا زیادہ شکار ہوتی ہیں:

آج کل کے دور میں مردوں کے مقابلے میں خواتین زیادہ دباؤ سے بھرپور زندگی گزارتی ہیں۔ اس کی بنیادی وجہ یہ ہے کہ آج کے معاشرے میں عورت ایک ساتھ ماں، بیٹی، بیوی، دوست، ہم پیشہ، باس اور ملازمہ سب ہی کچھ ہے۔ انہیں روزمرہ زندگی میں مرد کے مقابلے میں کہیں زیادہ کردار ادا کرنا پڑتا ہے۔ دباؤ کی اور مقدار واقعی اچھی ہوتی ہے البتہ اس کو مناسب سطح پر برقرار رکھنا انفرادی عمل ہے۔ اصل گر کام، آرام اور تفریح میں توازن قائم رکھنے میں پوشیدہ ہے۔ اس گر کو معلوم کرنے کے بعد اسے کنٹرول کیا جائے تو نتائج بہتر مل سکتے ہیں۔

مثبت دباؤ بھی ایک حقیقت ہے۔ وہ باتیں جو آپ کے لئے چیلنج کا درجہ رکھتی ہیں، اپنے مقصد کا حصول، کسی غیر دریافت شدہ خطے کا سفر، یہ مثبت دباؤ کی مثالیں ہیں۔ وہ چیلنج جو آپ قبول کرنا چاہتے ہیں کیونکہ اس میں آپ کی مرضی شامل ہے یہ بھی مثبت دباؤ میں شامل ہے۔ اس سے زندگی میں مزید دلچسپی بڑھتی اور سنسنی پیدا ہوتی ہے۔

اس کے علاوہ بعض ناگزیر دباؤ بھی ہوتے ہیں۔ جیسے کہ صبح سویرے کام پر جانے کے لئے بیدار ہونا اور بستر سے نکلنا۔ دفتر جانے کے لئے بھیڑ میں سفر کرنا اگر یہ باتیں آپ کے لئے دباؤ کا سبب بنتی ہیں تو پھر حفاظتی تدابیر اختیار کیجئے۔ بسوں میں بھیڑ سے بچنے کے لئے گھر سے ذرا جلدی نکل جایئے اگر آپ خود ڈرائیور کرتی ہیں تو پہلے سے طے شدہ پلان کے تحت ٹریفک کے رش والے راستوں کے علاوہ قدرے کم ٹریفک والا روٹ اپنایئے۔

دباؤ کے اسباب ہمارے گھر اور دفتر سے اس سے کہیں زیادہ قریب ہوتے ہیں جتنا کہ ہم سمجھتے ہیں۔

شریک حیات کی موت، طلاق، ملازمت میں تبدیلی، ایک شہر سے دوسرے شہر یا ایک جگہ سے دوسری جگہ منتقل ہونا، حتیٰ کہ اپنے لباس سے میچ نہ کرتا ہوا جوتا یا اپنی پسندیدہ تفریح کی جگہ پر ضرورت سے زیادہ بھیڑ ہونا۔ یہ سب کے سب دباؤ کے اسباب ہیں۔ اب اس کا اثر آپ پر مثبت ہوتا ہے یا منفی، اس سے دباؤ کی کیفیت کا اندازہ لگایا جا سکتا ہے۔

بدقسمتی سے ہم نہ صرف دباؤ کی کیفیت کے دور سے گزرتے رہتے ہیں بلکہ ہمارا ذہن اور جسم بھی اس دوران اس کیفیت کو جھیلتا رہتا ہے اور اس کی علامات حقیقی اور ظاہری ہوتی ہیں۔ چہرے پر پھوڑے، پھنسیوں کا نکلنا، جھنجلاہٹ، چڑچڑاپن، اسہال، سر درد، بھوک نہ لگنا، وزن کم ہونا حتیٰ کہ بالوں کا گرنا۔ یہ دباؤ کے جسمانی یا جذباتی ردعمل کی چند مثالیں ہیں۔

لیکن یہ بات اتنی بھی بھیانک نہیں، جتنی کہ نظر آتی ہے۔ دباؤ سے نمٹنے کی نصف جنگ یہ جاننا ہے کہ اس کا سبب کیا ہے لہٰذا اپنی بے چینی کے سبب کو تلاش کرنے کی کوشش کیجئے۔ دباؤ کے سبب کی شناخت کے بعد آپ اس کی شدت میں کمی بھی کرسکتے ہیں اور اس سے مکمل چھٹکارا بھی حاصل کرسکتے ہیں۔ زیادہ سے زیادہ یہ بھی ہوسکتا ہے کہ آپ اپنے ردعمل کو کنٹرول کرلیں۔

دباؤ کا آغاز صبح سویرے ہی سے ہوسکتا ہے۔ فرض کیجئے کہ آپ رات کو الارم گھڑی میں چابی دینا بھول گئیں اور صبح سویرے بچوں کو اسکول بھیجنا ہے یا خود کام پر جانا ہے لیکن الارم نہ بجنے سے دیر سے آنکھ کھلتی ہے اور تیاری کے لئے کم وقت ملتا ہے تو سمجھ لیجئے کہ آپ نے دباؤ کو خود دعوت دی ہے۔ اسی طرح کپڑوں اور یونیفارم پر استری کرنے کا معاملہ ایک رات پہلے کی بجائے صبح پر ٹال دیا جائے اور صبح سویرے بجلی چلی جائے تو پھر--- یہ بھی دباؤ کو خود دعوت دینے کے مترادف ہے اگر آپ ملازمت پیشہ ہیں اور ہر دوسرے دن لباس کے ساتھ میچ کرتا ہوا پرس لے جانے کی عادی ہیں تو رات ہی کو پرس کی اشیاء دوسرے پرس میں منتقل کردیں۔

یہ وہ معمولی باتیں ہیں کہ جن پر سختی سے عمل کر کے آپ نہ صرف اپنے دن کا آغاز صحیح انداز میں کرسکتی ہیں بلکہ بے جا دباؤ سے بھی خود کو بچا سکتی ہیں۔

دن کا آغاز ایک بھرپور اور صحت مند ناشتہ سے کیجئے۔ بھوک کی ٹیسیں آپ کو چڑچڑا اور بدخو بنا سکتی ہیں۔ خود کو جسمانی دباؤ سے محفوظ رکھنے کی خاطر ایسی غذا کھایئے جو باآسانی ہضم ہو سکے اور اس میں سو فیصد غذائیت ہو۔ گوشت کم کھایئے اور پھلوں اور سبزیوں پر زیادہ توجہ کیجئے۔ ریشے دار غذائیں باآسانی ہضم ہو جاتی ہیں۔ مرغن غذائیں آپ پر سستی اور غنودگی طاری کرسکتی ہیں اور آپ اپنے روزمرہ اور معمول کے کام تندہی سے سرانجام دینے کے قابل نہیں رہتیں۔ اس لئے ہر کام اعتدال کے ساتھ کرنا چاہیے۔

ناشکری نہ کرو۔ خدا کی یاد عظیم ترین شئے ہے۔

محرومی کا احساس بھی دباؤ کا سبب بن سکتا ہے۔ کھانا کبھی جلد بازی میں نہیں کھانا چاہیے۔ کھانا ہمیشہ سکون کے ساتھ' خوشگوار ماحول میں کھائیے۔ ورزش اور غذائیت کا چولی دامن کا ساتھ ہے۔ ورزش جسم کو اینڈ ورفنز نامی ہارمونز کو خارج کرنے پر مائل کرتی ہے کہ جو دماغ میں سیلاب کی مانند جمع ہو جاتے ہیں اور ان کے اخراج سے طبیعت میں ہلکا پن آ جاتا ہے۔ یہی اثر قہقہہ کا ہوتا ہے۔ اسی طرح اسکواش کے کھیل میں پسینہ بہانا ہے۔ اگر آپ کو یہ احساس ہو جائے کہ آپ نے لنچ میں جو کچھ کھایا پیا تھا اس میں چند سو کیلوریز آپ جلا چکی ہیں' تو اس سے بھی آپ کی طبیعت خوشگوار ہو سکتی ہے۔

اگر آپ پر زور طریقے سے ورزش کرتی ہیں تو اس بات کو یقینی بنائیے کہ آپ پانی بھی زیادہ پیتی ہیں۔ آٹھ سے دس گلاس پانی مناسب ہے لیکن اس کی مقدار میں آپ کے وزن اور مشغولیات کے مناسب سے اضافہ بھی ہو سکتا ہے۔ پانی اور دباؤ کا آپس میں کیا تعلق ہے یہ جان کر آپ کو واقعی حیرت ہوگی۔ بعض اوقات پیاس کا لگنا یا جسم میں پانی کی مقدار میں کمی کا ہو جانا بھی آدمی کو چڑچڑا اور تنگ مزاج کر دیتا ہے اور اس پر تناؤ کی کیفیت طاری ہو جاتی ہے۔ آئندہ کبھی آپ کو بغیر کسی ظاہری وجہ کے اپنی طبیعت میں ناسازی محسوس ہو تو ایک گلاس پانی پی لیجئے اور پھر دیکھئے کہ کیا آپ خود کو بہتر محسوس نہیں کر رہیں؟ انسانی جسم کا 70 فیصد حصہ پانی سے بنا ہوا ہے اور ہمارے اعضاء کو صحیح انداز میں کام کرنے کے لئے مائع کی ضرورت ہوتی ہے۔

یہ بات تو سب ہی جانتے ہیں کہ صرف کام ہی میں جتے رہنا اور کسی قسم کی تفریح نہ کرنا' آپ کو بے حس اور بیزار کن بنا دیتا ہے لہٰذا زندگی کو اتنا کٹھن نہ بنائیے کہ بعد میں اس میں تفریح اور آرام کی گنجائش نکالنے کی کوئی صورت ہی باقی نہ رہے۔ اس لئے کم از کم ایک ہفتے میں دو تین گھنٹے تفریح کے لئے ضرور وقف کیجئے۔ یہ روح کی تازگی کے لئے ضروری ہے۔ اور تازہ دم روحانی کیفیت ایک صحت مند جسم اور ذہنی سکون کے لئے بنیاد کی حیثیت رکھتی ہے۔

مسکرانے سے بھی دباؤ سے چھٹکارا حاصل ہوتا ہے اور اس کا اثر ہر وقت اور ہر کیفیت میں ہوتا ہے۔ اسی طرح سے خوشی بھی یہی اثر رکھتی ہے اگر آپ ایسے لوگوں میں بیٹھتی ہیں کہ جو زندگی کو اس کے روشن پہلوؤں کے لحاظ سے دیکھتے ہیں اور ان کے خیالات مثبت انداز فکر پر مبنی ہوتے ہیں تو آپ محسوس کریں گی کہ آپ کی یاسیت اور غم دور بھاگ رہیں اور آپ کی سوچ میں بھی خوشگوار تبدیلی آ رہی ہے۔ ایسے لوگوں سے گھلنا ملنا بھی اہمیت رکھتا ہے کہ جو آپ کے متعلق مثبت سوچ کے حامل ہیں۔ اس سے آپ کو اپنی خود توقیری بڑھانے میں مدد ملے گی اور یہ بات ہم سب جانتے ہیں کہ خود توقیری کی بلندی دباؤ کو کس قوت کی ساتھ پرے دھکیل دیتی ہے۔

اکثر اوقات صرف اس موضوع پر گفتگو کرنا کہ آپ کس بناء پر دباؤ کا شکار ہیں' آپ کے لئے سود مند ثابت ہوتا ہے۔ اپنے دباؤ کے بارے میں بات چیت اس کو گھٹانے کا ایک عمل ہے۔ جو بھی بات آپ کی پریشانی کا سبب بنی ہوئی ہے' اس کے بارے میں ایسے فرد سے گفتگو کیجئے جس پر آپ کو اعتماد ہو۔ آپ کے مسئلہ کے حل کے لئے ایک سے دو ذہن زیادہ بہتر ثابت ہو سکتے ہیں۔

دباؤ کا ایک سبب غلط منصوبہ سازی یا الل ٹپ کام کرنا بھی ہوتا ہے۔ ڈاکٹر کے پاس جانا' وہاں سے اپنے میکے' پھر بچوں کو اسکول سے لانا' شاپنگ' کیلئے جانا' کپڑے بھی دھونا ہیں' کھانا بھی پکانا ہے اور یہ سب ایک ہی دن میں کرنا ہے--زندگی کے ان بے ترتیب معاملات میں توازن پیدا کیجئے۔ بھاگم بھاگ اور سرپٹ دوڑنے سے گریز کیجئے۔ بیشتر نوعیت کے دباؤ' غلط یا بلا منصوبہ کوئی کام کرنے کا نتیجہ ہوتے ہیں۔ اس لئے ہر کام سلیقے سے اور پہلے سے طے شدہ پروگرام کے مطابق کیجئے۔

روزمرہ کے معمولات کی منصوبہ بندی

اکثر اوقات بلا منصوبہ کوئی کام کرنا یا عین وقت پر کسی ضروری کام کا یاد آ جانا' غیر ضروری دباؤ کا سبب بن سکتا ہے۔ صبح سویرے دن کے کاموں کا آغاز کرنے سے قبل پلانر لئے پہلے سے تیار رہیں۔ شیڈول اس طریقے سے بنائیے کہ تمام کام مکمل طور پر آپ کے کنٹرول میں رہیں۔ اس طرح آپ دن بھر نہایت سکون کے ساتھ منصوبہ کے مطابق ترتیب وار اپنے سرانجام دے سکیں گی۔

غیر حقیقت پسند مت بنئے

ہم سب ایک وقت میں بہت سارے کام کرنے کی کوشش کرتے ہیں اور اس طرح اپنے اوپر غیر ضروری بوجھ لاد لیتے ہیں۔ اپنے آپ پر یہ ظلم کبھی مت کیجئے اور غیر ضروری طور پر خود سے یہ توقع کبھی مت رکھئے کہ آپ اپنی صلاحیتوں سے بڑھ کر کارکردگی کا مظاہرہ کر سکتی ہیں۔ اپنی طاقت اور کمزوریوں کو سمجھنے کی کوشش کیجئے اور پھر تمام کام اسی کے مطابق سرانجام دیجئے۔ کبھی بھی سپر مین بننے کی کوشش مت کیجئے کیونکہ آپ انسان سے بلند تر نہیں ہیں۔ اپنے آپ سے مخلص رہیے۔ دوسرے بھی آپ سے مخلص رہیں گے۔

کبھی بھی منفی احساسات کو پھلنے پھولنے کا موقع مت دیجئے

ہمیشہ ہر چیز کے مثبت پہلو کو دیکھئے اگر آپ نے اپنے اندر منفی احساسات کو محصور کئے رکھا تو اس بات کے زیادہ امکانات ہیں کہ آپ ایک چلتا پھرتا ٹائم بم ہو جائیں۔ ہمیشہ اپنے احساسات کے بارے میں ان لوگوں سے تبادلہ خیال کیجئے جن کے ساتھ آپ کو مشکلات پیش آتی ہوں۔

بہت سی شادیاں ناکام ہونے کی ایک وجہ دباؤ کا اندر ہی اندر پھلنا پھولنا بھی ہے۔ تبادلہ خیال نہ کرنے کی بناء پر میاں بیوی اپنے تمام احساسات کو اپنے اندر دبائے رکھتے ہیں جس سے کہ دباؤ کو بڑھنے کا موقع مل جاتا ہے اور برسوں بعد یہ دباؤ کسی لاوے کی شکل میں پھٹ پڑتا ہے جس کے بڑے بھیانک نتائج سامنے آتے ہیں۔ اس کے سبب تعلقات میں نہ صرف دراڑ پڑ جاتی ہے بلکہ افراد بھی ٹوٹ پھوٹ کا شکار ہو جاتے ہیں۔

تفریح کے لئے وقت ضرور نکالئے

خود کو آرام پہنچانے اور سیر و تفریح پر مائل کرنے کے کئی راستے ہیں۔ کسی آرٹ گیلری میں چلے جانا' موسیقی کے کسی پروگرام میں شرکت کرنا' کسی نئی زبان کا سیکھنا' تحریک دلانے والی سوانح حیات کا مطالعہ کرنا' شاعری کرنا' لائبریری میں جانا' معلوماتی لیکچر اٹینڈ کرنا' کمپیوٹر کورس کرنا' موسیقی کے کسی آلے کو بجانا سیکھنا' پینٹنگ یا ایسا کوئی بھی شغل جس سے آپ لطف اندوز ہوتی ہوں' یہ وہ تمام چیزیں ہیں کہ جو آپ کا دھیان موجودہ دباؤ کے عناصر سے ہٹا سکتی ہیں۔

باتھ ٹب میں لیٹے رہنا یا شاور کے نیچے کھڑا ہونا ایک ایسا عمل ہے کہ جس سے آپ کے ذہن اور جسم دونوں کو سکون ملتا ہے۔ عبادت بھی ذہنی بوجھ کو کم کرنے اور سکون پہنچانے کا ایک بہت بڑا ذریعہ ہے۔

جب بھی آپ کو ضرورت محسوس ہو کام میں وقفہ ضرور کیجئے

گھر یا دفتر میں جب بھی آپ اپنے اندر یا اپنے اطراف میں تناؤ کی کیفیت کو بڑھتا ہوا محسوس کریں تو کام میں وقفہ کر لیں۔ آرام کرنا سیکھیں۔ چہل قدمی کرنے نکل کھڑی ہوں' کسی تالاب میں بطخوں کو دانہ ڈالنے چلی جائیں' پھولوں پر نظریں جمائیں' ان کی خوشبو سونگھیں' ان کو چھو کر دیکھیں۔ طلوع آفتاب اور غروب آفتاب کا منظر دیکھیں۔ پکنک پر جائیں' مچھلی کے شکار پر چلی جائیں' کشتی کی سیر کرنے نکل کھڑی ہوں' تاروں بھری رات میں کھلے آسمان تلے سوئیں۔ کسی باغ میں سیر کریں' کسی ٹیلی اسکوپ کے ذریعے ستاروں کا جائزہ لیں۔ اپنے آپ کو قدرت کے حسین نظاروں سے ہم آہنگ کرنا سیکھیں۔ اس سے آپ کے ذہن پر چھائے ہوئے بوجھ کو کم کرنے میں بے حد مدد ملے گی۔

اپنی زندگی میں تبدیلیاں لانے کی کوشش کیجئے

اگر آپ کو اپنی زندگی میں بہت سی تبدیلیاں لانی ہیں تو انہیں مختلف اوقات میں بانٹنے کی کوشش کیجئے۔ کبھی بھی تمام تبدیلیوں کو ایک ہی وقت میں لانے کی کوشش مت کیجئے۔ ایسا کرنا بہت زیادہ دباؤ کا باعث ہو سکتا ہے۔ ایسا شیڈول بنائیے کہ جس کی رو سے آپ ایک وقت میں ایک تبدیلی لا سکیں۔

ایک باسہارا اور خوش گھرانے کی تشکیل کیجئے

حتمی طور پر یہ آپ کا گھرانہ ہی ہوتا ہے کہ جو ہر اچھی بری گھڑی میں آپ کے کام آتا ہے اور گھر کے افراد میں اتحاد ہو

کسی پر ظلم اور زیادتی نہ کرو۔ ہر حالت میں انصاف کرو۔

تو ہر مشکل گھڑی کا مردانہ وار مقابلہ کیا جا سکتا ہے لہٰذا اس بات کا یقین کرنا ضروری ہے کہ آپ کا خاندانی اتحاد اتنا زیادہ مضبوط ہے کہ ہر قسم کے دباؤ کا مقابلہ کر سکتا ہے۔ تعطیلات میں پوری فیملی کا کہیں گھومنے پھرنے جانا اتحاد کے بندھن کو اور زیادہ مضبوط بنا دیتا ہے لہٰذا اپنی فیملی کو سب میں فوقیت دینے پر توجہ مرکوز کیجئے اور اسے کبھی اپنے اوپر بوجھ مت سمجھئے۔

جب دباؤ کا شکار ہوں تو مدد طلب کیجئے

بعض اوقات ہم دباؤ کا شکار ہوتے ہیں یا تن تنہا زندگی کے بوجھ سے نمٹنے کی استعداد نہیں پاتے تو اس کے باوجود بھی ہم صرف اپنے آپ پر اعتماد کرنے میں ہی اکتفا کرتے ہیں۔ ایسے موقع پر اپنے گھر والوں یا دوستوں سے مدد طلب کرنی چاہیے اور سب کچھ کسی بند بوتل کی مانند اپنے اندر محدود نہیں رکھنا چاہیے ایسا خطرناک بھی ثابت ہو سکتا ہے۔ اگر آپ کو مضبوط قسم کے سہاروں کی حمایت حاصل ہے تو آپ صورت حال کو بہتر طریقے سے ہینڈل کر سکتے ہیں۔

صحت مند رہیے

صحت مند غذا اور ورزش کے حوالے سے ایک صحت مندانہ طرز زندگی کو دباؤ ختم کرنے کے لئے تمام ڈاکٹر ہمیشہ نصیحت کرتے ہیں۔ ورزش سے آپ اپنے جسم کی طبعی کیفیات کنٹرول کر لیتے ہیں جبکہ اس سے آپ کی ذہنی ورزش بھی ہو جاتی ہے اور خود توقیری کو بلند کرنے میں بھی مدد ملتی ہے۔ اس طرح آپ میں کسی بھی قسم کی صورت خاص کو کنٹرول کرنے کا اعتماد آ جاتا ہے۔

دباؤ کی کیفیت کو کنٹرول کرنے کے لئے سانس کی ورزش ایک بہت بڑا اوزار کہی جا سکتی ہے۔ آپ کسی بھی جمنازیم میں جا سکتی ہیں اور اگر آپ باہر کی دنیا میں نکلنے کی عادی ہیں تو اسکیٹنگ' جوگنگ یا کوئی بھی ممکنہ طریقہ اپنا سکتی ہیں جس سے آپ نہ صرف خود کو فٹ محسوس کریں بلکہ آپ کا جسم بھی شیپ میں آ جائے۔ یا آپ اپنے شریک حیات کے ساتھ شطرنج یا لوڈو بھی کھیل سکتی ہیں۔ یہ ان ڈور گیم بھی آپ کے دباؤ کی کیفیت کو کم کرنے میں مدد دے گا۔

''نہیں'' کہنا سیکھیں

بار ہا آپ کے دباؤ کا سبب یہ ہوتا ہے کہ آپ نے بہت سارے کاموں کی حامی بھری ہوتی ہے اور آپ ان کو پورا نہیں کر سکتیں۔ صرف ایک وقت میں ایک کام کی حامی بھریئے وہ بھی وہ کام جو آپ کر سکتی ہوں اور اگر کوئی کام ایسا ہے جو آپ کے بس کا نہیں ہے تو پھر ''نہیں'' کہنا سیکھئے اور اس بات کی وضاحت کر دیجئے کہ آپ اس کام کو کیوں نہیں کر سکتیں۔ صرف ضروری کام کیجئے اور غیر ضروری کاموں سے گریز کیجئے۔

آپ تنہا نہیں ہیں

یاد رکھئے کہ جب آپ کو دباؤ کا سامنا ہوتا ہے تو آپ تنہا اس کا شکار نہیں ہوتی ہیں۔ دنیا بھر میں سینکڑوں افراد اسی قسم کی صورت حال سے دو چار ہوتے ہیں لہٰذا ہمیشہ ایسے طریقوں کے بارے میں سوچئے کہ جن سے دباؤ کو کنٹرول کیا جا سکے اور اپنے آپ پر ترس کھانے کی کیفیت کا شکار مت رہیے۔

ایسے لوگوں یا چیزوں کو بدلنے کی کوشش مت کیجئے جنہیں آپ تبدیل نہیں کر سکتیں

ہم میں سے بہت سے اپنا قیمتی وقت اس کوشش میں صرف کر دیتے ہیں کہ لوگوں کو یا چیزوں کو بدل دیں۔ یہ کام ہو نہیں سکتا لیکن اس کام کو کرنے کے بارے میں سوچنے اور پریشان رہنے میں زیادہ وقت صرف ہو جاتا ہے۔ ایسے موقعوں کے لئے ایک مشہور دعا ہے ''اے خدایا! مجھ کو اتنی استقامت عطا فرما کہ میں ان چیزوں کو قبول کر لوں جنہیں میں بدل نہیں سکتا' اتنی جرأت اور ہمت عطا فرما کہ ان چیزوں کو تبدیل کر سکوں جو میرے بس میں ہیں اور وہ شعور عطا کر دے کہ میں ان میں تفریق کو جان سکوں۔''

دباؤ کو اگر یونہی لاعلاج چھوڑ دیا جائے تو اس کے خطرناک نتائج برآمد ہو سکتے ہیں لہٰذا بجائے اس کے کہ دباؤ آپ پر حاوی ہو' آپ دباؤ پر حاوی ہو جائیں اور اسے کنٹرول کرنا سیکھ لیں اور اس کا آغاز آپ فوری طور پر بھی کر سکتے ہیں۔

دباؤ کی علامات ''طبی''

بالوں کا حد سے زیادہ گرنا اور نئی قسم کا گنجا پن۔
ہڈیوں اور پٹھوں میں درد' گردن اور کاندھوں میں تشنجی درد' کمر کے نچلے حصے میں درد' پٹھوں میں اینٹھن اور اعصابی تشنج۔
معدے کی سوزش' معدے اور آنتوں کا السر۔
ایگزیما (چنبل) اور جلدی مرض سرخ باد۔
بے خوابی' سر درد' منہ کا السر۔
دل اور خون کی وریدوں سے متعلق بیماریاں اور ہائپر ٹینشن۔
دمہ کا عود کرنا۔ (خواتین میں) مخصوص ایام میں بے قاعدگی اور انفیکشن کا بار بار ہونا۔
بیماری کے اثر سے محفوظ ہونے کی کیفیت میں کمی۔
بھوک میں کمی اور متلی ہونا۔

ذہنی اور جذباتی

طرز عمل میں تبدیلی۔
بے سکونی۔
بھولنے کی عادت۔
چڑچڑا پن۔
مایوسی و اضمحلال۔
توجہ مرکوز کرنے کا فقدان۔

توجہ طلب: لفافے میں رقم ہرگز نہ بھیجیں، منی آرڈر بھیجتے وقت منی آرڈر کی تفصیل اور اپنا مکمل پتہ دفتر ماہنامہ ''عبقری'' کو ضرور ارسال فرمائیں۔
رابطے کیلئے فون نمبر 7552384 موبائل 0304-4177637

احمد آباد کے محلہ جمال پور کے متمول مسلمان گھرانہ میں عجیب واقعہ

عبرتناک واقعہ

اس کے بال پر دو کالے ناگ' چہرہ پر چھپکلی' ناخنوں پر بچھو بیٹھے ہوئے تھے

احمد آباد جیسے صنعتی شہر میں جسے ''ہندوستان کا مانچسٹر'' کہا جاتا ہے' جہاں کپڑا ملوں اور غریب بنکروں' مسلم ہنر مند کاریگروں کی بہت بڑی آبادی ہے۔ جہاں تاریخ نے کئی انمٹ اور ناقابل فراموش نقوش چھوڑے ہیں۔ اسی احمد آباد شہر کے محلہ جمال پورہ کے ایک مسلم خاندان میں ایک عجیب و غریب اور عبرتناک واقعہ رونما ہوا۔

بتایا جاتا ہے کہ مسلم خاندان کی ایک کنواری' غیر شادی شدہ نوجوان لڑکی جس کے فیشن کا بڑا چرچا تھا۔ مالدار گھرانے کی یہ لڑکی صبح اٹھ کر بناؤ سنگھار کرتی' نت نئی تراش وضع' فیشن اور ڈیزائن کے لباس زیب تن کرتی تھی۔ ایک روز اچانک مختصر علالت کے بعد چل بسی اور شہر کے قبرستان میں اسے دفن کر دیا گیا۔ مبینہ طور پر اس کے بعد ایک حیرت انگیز بات ہوئی۔ اس کی ماں کو مسلسل تین رات تک یہ آواز سنائی دیتی رہی اور خواب میں لگاتار تین رات سے اپنی جوان لڑکی کی لاش دکھائی دیتی رہتی جو کہہ رہی تھی۔ ''امی مجھے قبر سے نکالو میں زندہ ہوں۔'' اس کی ماں کا بیان ہے کہ میں اس واقعہ سے گھبراہٹ محسوس کر رہی تھی مجھے خوف اور اضمحلال لاحق ہو گیا تھا۔ ماماتا کے آنسوؤں نے لڑکی کے باپ اور بھائی اور محلہ داروں کو آگاہ کیا اور پوچھے روز دو پولیس والوں کی موجودگی میں قبر کھودی گئی۔ لڑکی زندہ تھی لیکن اس عبرتناک حالت میں کہ اس کے بال پر دو کالے ناگ' چہرہ پر چھپکلی اور ناخنوں پر جہاں جہاں لالی لگائی تھی وہاں بچھو چپکے ہوئے تھے۔ عصر کے بعد تمام موذی جانور متوفیہ کی لاش سے ہٹ گئے۔ پولیس بے ہوش لڑکی کو قبر سے نکال کروا کر چیر سیل ہسپتال احمد آباد کے I.C وارڈ میں لے گئی جہاں اس کا علاج ہو رہا ہے۔ لڑکی کا ہونٹ غائب ہو گیا ہے۔ ہوش میں آنے کے بعد کہا جاتا ہے کہ اس نے بتایا کہ میں صرف 15 دن کے لئے دوبارہ آئی ہوں۔ تم لوگ نماز پڑھو روزہ رکھو۔ لوگوں کو صرف اتنا سنائی دیا اور اتنا ہی سمجھ میں آیا۔ اس سے زیادہ کچھ بھی سنائی نہیں دیا۔

بتایا جاتا ہے کہ تقریباً 12 دنوں سے اس عجیب و غریب دوبارہ زندہ ہونے والی فیشن کی دلدادہ لڑکی کو جو سہاینہ کی نامی کنیز فاطمہ نے اپنی آنکھوں سے ہسپتال جا کر دیکھا ہے۔ لوگوں میں چرچا ہے کہ خدا تعالیٰ کی طرف سے یہ ایک تنبیہ ہے کہ غفلت اور اغیار کی نقالی سے بچ کر سادہ اور مذہب کے اصولوں کے مطابق لوگ جئیں۔ خاص طور پر عورتوں کو اس سلسلے میں عبرت حاصل ہو۔
(تنظیم' بمبئی)

اپنے کے سوا کسی کو بھیدی نہ بناؤ کیونکہ دوسرے تمہاری تباہی میں کوتاہی نہیں کریں گے۔

خواتین پوچھتی ہیں؟

یہ صفحہ صرف خواتین کے روزمرہ خاندانی اور ذاتی مسائل کے لئے وقف ہے مرد حضرات استفادہ تو کر سکتے ہیں لیکن خط نہ لکھیں خواتین اپنے روزمرہ کے مشاہدات اور تجربات ضرور تحریر کریں۔ نیز صاف صاف اور مکمل لکھیں۔

شکستہ گلدان کی درز کیسے بھریں

میرے گھر میں ایک پرانا گلدان ہے۔ اس میں ایک دراز آ گئی ہے۔ یہ گلدان اتفاق سے گر گیا تھا۔ دو ٹکڑے تو نہیں ہوئے مگر اب دیکھنے میں برا لگتا ہے۔ سب سے بری بات یہ کہ میرے شوہر کو ان کی دادی اماں نے یہ تحفہ دیا تھا۔ میرے شوہر نے شادی کے بعد خاص طور پر مجھے تاکید کی کہ یہ گلدان احتیاط سے رکھنا۔ وہ کویت میں ملازمت کے سلسلے میں گئے ہوئے ہیں۔ بقرہ عید پر آئیں گے۔ پلیز آپ مجھے اس تاریخی گلدان کے بارے میں کچھ بتائیے۔ یہ درز تقریباً چار انچ لمبی ہے اور اس میں سے مسالا نما مٹی بھی جھڑ چکی ہے۔ (ثوبیہ، فیصل آباد)

☆ آپ نے گلدان کا رنگ نہیں لکھا۔ بہرحال پرانی چیزوں سے وابستگی تو ہوتی ہے۔ چینی کا ہوتا تو کسی سلوشن یا انڈے چونے کے مرکب سے جڑ جاتا۔ اب آپ یوں کیجئے کہ جس رنگ کا گلدان ہے، اس رنگ کی موٹی موم بتی لے کر اسے آگ پر کسی پیالے میں پگھلائیے۔ پھر اسے گلدان کی درز میں انگلی سے اچھی طرح بھر دیجئے۔ اس طرح لمبی درز پُر ہو جائے گی اور وہ بدنما بھی نہیں لگے گا۔ سوکھنے پر کسی چھری یا چاقو کی مدد سے فالتو موم صاف کر دیجئے۔ گلدان بڑا ہے تو آپ بازار سے خوبصورت پھولوں کی ٹہنیاں خرید کر اس میں طریقے سے سجائیے۔ ان سے بھی درز چھپ سکتی ہے۔ موم لگانے سے فائدہ یہ ہے کہ گلدان مضبوط ہو جائے گا اور درز بھی چھپ جائے گی۔ امید ہے آپ اس گلدان کو صحیح کر کے پھولوں سے سجا کر رکھیں گی تو آپ کے شوہر یقیناً خوش ہوں گے۔

چہرے کے داغ دھبے دور کیجئے

فیصل آباد سے (ج۔ا) کا خط ہے۔ وہ والدین کے رویئے سے پریشان ہیں۔

☆ اس بچی سے مجھے یہی کہنا ہے کہ آج کے دور میں والدین پر بے حد ذمے داریاں ہیں۔ میں بھی ماں ہوں۔ گھر کی پریشانیاں ہوتی ہیں۔ فرداً فرداً ہر بچے پر ماں باپ پوری توجہ نہیں دے سکتے۔ آپ کو تو شکایت ہے۔ ہو سکتا ہے آپ کی امی کو بھی آپ سے گلہ ہو۔ آپ پڑھائی سے فارغ ہو کر اپنی امی کے پاس بیٹھئے۔ گھر کے کام کاج میں حصہ بٹائیے۔ ماں کی خدمت میں بہت اجر ہے۔ کبھی ان کے سر میں تیل ڈالیئے۔ کبھی پاؤں دبا دیجئے، اس سے آپ کی عزت بڑھے گی۔ ماں کو احساس ہوگا کہ بچی کو مجھ سے محبت ہے اور آپ کو بھی دلی سکون حاصل ہوگا۔

آپ سوکھا آلو بخارا ایک پاؤ منگائیے۔ دو دانے رات کو آدھی پیالی پانی میں بھگوئیے۔ صبح مل کر گٹھلیاں نکال لیے۔ ایک چمچ چینی اور تھوڑا سا اور پانی ملا کر دن کے دس بجے پی لیجئے۔ ایک ماہ اس طرح کرنے سے فرق پڑے گا۔ دوسری بات یہ کہ دو کینوؤں کے چھلکے لیجئے اور باریک پیس کر سکھائیے۔ اس میں آدھا کپ بیسن، آدھا چمچ پسی ہلدی ملا کر رکھئے۔ ایک چمچ سفوف میں تھوڑا سا پانی ملا کر اسے چہرے پر ابٹن کی طرح روزانہ ملیئے۔

گیکھوار یا کنوار گندل کی ایک شاخ لیجئے۔ تھوڑا سا ٹکڑا کاٹ کر اس کا گودا اور لیس دار لعاب چہرے پر ملئے۔ وہ دس منٹ میں سوکھ جائے گا۔ یہ رات کو سوتے وقت لگائیے۔ ایک گھنٹے بعد منہ دھوئیے یا رات بھر لگا رہنے دیجئے۔ ایک ماہ بعد آپ مجھے خط لکھئے۔

رہی تھریڈنگ کی بات۔ آپ ٹیلکم پاؤڈر لگا کر تھریڈنگ کیجئے۔ اس کے بعد تھوڑا سا نمک لے کر ہونٹوں کے اوپر نیچے ملئے اور دس منٹ بعد صاف کیجئے۔ آپ چہرے پر بالکل ویکس نہ کیجئے۔ آپ کی جلد حساس ہے۔

آپ نماز نہیں پڑھتیں تو اب پانچوں وقت پڑھنی شروع کر دیجئے۔ پانچ وقت وضو کرنے سے آپ دیکھیں گی کہ چہرے پر رونق آ جائے گی۔ آپ کو دلی سکون ملے گا۔ سکون سے آپ کی یہ ساری پریشانیاں دور ہو جائیں گی۔ نمک سے آپ کو یہ فائدہ ہوگا کہ بال دیر سے نکلیں گے۔

چکنی جلد کا علاج

سدرہ بیٹی! آپ کو شادی کی پیشگی مبارکباد دے رہی ہوں۔ اسلام آباد اور کراچی کے موسم میں بہت فرق ہے۔ کراچی جا کر ہو سکتا ہے آپ کا مسئلہ خود بخود دور ہو جائے۔

آپ میک اپ میں کوئی اچھی سی فاؤنڈیشن استعمال کیجئے۔

☆ آپ نے غذا کے متعلق پوچھا ہے آپ آلو کے چپس، تلی ہوئی چیزیں، بازار کے کیک پیسٹری، رول اور سموسے بالکل نہ کھائیے۔ کچی سبزیاں اور سلاد کھانے میں شامل کیجئے۔ ٹماٹر، مولی، سلاد، کھیرا کاٹ کر رکھئے اور ضرور کھائیے۔ ٹنڈے، گھیا، ساگ، پالک اور موسمی سبزیاں استعمال کیجئے آپ کو بہت فرق محسوس ہوگا۔ گاجر کا جوس پیجئے۔ موسمی اور کینو کھائیے۔

چکنی جلد کے لئے ٹماٹر اور لیموں کا ماسک بھی اچھا رہتا ہے۔ آپ کے لئے ابٹن کی ترکیب لکھ رہی ہوں۔ آپ ابھی سے ابٹن تیار کر کے ملئے، اس سے آپ کی جلد نکھر آئے گی اور چکنائی بھی دور ہوگی۔ اس کے ساتھ ساتھ آپ اپنی غذا پر توجہ دیجئے۔ بڑا گوشت اور تلی ہوئی چیزیں نہ کھانے سے بہت فرق پڑے گا۔ جلد اندر سے نکھرنی چاہیے۔ پودینے کے پتے بھی جلد کو نکھارتے ہیں۔ انہیں سلاد میں شامل کیجئے۔

ابٹن کا نسخہ

بادام کی کھل	دو کپ
مکئی کا آٹا	ایک کپ
جئی کا آٹا	ایک کپ

لیموں کے خشک چھلکے پسے ہوئے ایک چوتھائی کپ، ان سب کو ملا کر رکھئے۔ صبح شام تھوڑا سا سفوف لیجئے اور اس میں پانی ملا کر گاڑھا پیسٹ بنائیے، ابٹن کی طرح آہستہ آہستہ ہاتھوں اور چہرے پر نیچے سے اوپر کی طرف ملئے، پیسٹ خشک ہونے پر بتیاں بن کر اتر جائے گا، تازہ پانی سے منہ دھوئیے۔ بادام کی تازہ کھل خریدیئے۔ نہ ملے تو مجبوراً چنبیلی کی کھل استعمال کیجئے، مکئی اور جئی کا آٹا خود گرائنڈر میں پیس سکتی ہیں۔

خشک اور گھونگھریالے بالوں کیلئے آپ باقاعدگی سے تیل لگائیے۔ تازہ ہوا اور دھوپ بالوں کیلئے ضروری ہیں۔ خشک بالوں میں ہیئر ڈرائیر کرنے سے بال مزید خشک ہو جاتے ہیں۔ آپ شیمپو کرنے کے بعد کنڈیشنر لگائیے۔ گیلے بالوں کو برش کر کے آہستہ آہستہ سلجھا کر رولرز لگا کر حسب منشا بال بنائیے۔ شیمپو میں ایک انڈا پھینٹ کر لگائیے اور سر دھونے کے بعد پانی میں بھیگا تولیہ نچوڑ کر پانچ منٹ کے لئے سر پر باندھیے۔ ہفتے میں دو بار تیل کی مالش کیجئے۔ ڈاکٹر سے پوچھ کر وٹامن بی روزانہ کھائیے۔ زیتون کے تیل کی مالش کرنے سے بھی فرق پڑنا چاہیے۔

ہاتھوں کی خشکی دور کرنے کا نسخہ

بہاولنگر سے پی آر کا خط آیا ہے۔ ہوسٹل میں پڑھتی ہیں۔ ان کے ہاتھ گیلے رہیں تو ٹھیک رہتے ہیں۔ جیسے ہی خشک ہوتے ہیں تو وہ کوئی کام نہیں کر سکتیں۔ بظاہر خشکی نظر نہیں آتی۔ ریشمی کپڑے پہننا بھی ان کے لئے مسئلہ ہے۔ شادی بیاہ میں سوتی کپڑے کیسے پہنا کریں جو تکلیف نہ ہو۔

☆ اس بہن سے یہ کہنا ہے کہ آپ کو الرجی ہے، اس لئے ریشمی کپڑے پہننے سے تکلیف ہوتی ہے۔ آپ کسی اچھے ہومیو پیتھ ڈاکٹر سے دوا لیجئے۔ رات کو ہاتھوں پر زیتون کا تیل لگائیے۔ باقاعدگی کے ساتھ تیل لگانے سے ہاتھ نرم ہو جائیں گے۔

سندھی پرنٹ بازار میں عام مل جاتے ہیں۔ آپ سندھی پرنٹ کا سوٹ بنا کر گوٹا، تارے، شیشے لگائیے۔ یہ ریشمی سوٹ سے زیادہ خوبصورت لگے گا اور آپ شادی بیاہ میں پہن سکیں گی۔ سوتی ململ کی قمیض اور سوتی پاجامہ بنا کر آپ ریشمی کپڑوں کے نیچے پہن سکتی ہیں۔ اس طرح ریشمی کپڑے جسم کو نقصان نہیں دیں گے۔ میرے ایک ملنے والی خاتون کو یہ تکلیف تھی، انہوں نے ایک بار کسی سے قرآن پاک کی آیات دم کرا کے پانی پیا تو ان کی یہ تکلیف دور ہو گئی حالانکہ چھ سال سے وہ مسلسل علاج کرا رہی تھی۔ (بقیہ صفحہ نمبر 25)

جو اللہ کی راہ میں مرتے ہیں وہ مردے نہیں بلکہ زندہ ہیں اور اپنے رب کے پاس سے رزق حاصل کرتے ہیں۔

عبقری کے پکوان ذائقے اور مہک کے ساتھ

آپ بھی کوئی عمدہ ترکیب جانتی ہوں تو ''عبقری'' کے پکوان میں ضرور بھیجیں۔ لیکن شرط تحریر بالکل صاف ہو (ورنہ معذرت)

ایرانی بریانی

اشیاء:

چاول	ایک کلو	الائچی چھوٹی	سات عدد
گوشت	ایک کلو	لیموں	دو عدد
آلو	آدھا کلو	ہری مرچ	دس عدد
پیاز	آدھا کلو	ادرک	ایک بڑا ٹکڑا
دہی	دو کپ	لہسن	ایک پوتھی
کالا زیرہ	دو چائے کے چمچے	نمک	حسب ذائقہ
دار چینی	تین چار ٹکڑے	سرخ مرچ	حسب ذائقہ
		کوکنگ آئل	ڈیڑھ کپ

ترکیب: چاول کو ابال لیں۔ آلو چھیل کر ٹکڑے کر لیں، پیاز باریک کاٹ لیں، کالا زیرہ، کالی مرچ، دار چینی کو الگ الگ پیس لیں، لیموں کا رس نکال لیں۔ ہری مرچ، ادرک، لہسن اور لال مرچ کو آپس میں ملا کر باریک پیس لیں۔ پیاز کو فرائی کر کے نکال دیں۔ آلو کو بھی فرائی کر لیں ایک حصہ کوکنگ آئل میں گوشت ڈال کر اس میں پسا ہوا مسالا اور دہی ڈال کر ہلکی آنچ پر پکنے کے لئے رکھ دیں۔ گوشت گلنے کے بعد اس کو بھون لیں اور اس میں پکے ہوئے آلو بھی شامل کر لیں گوشت پر چاول کی تہہ لگا دیں بقایا کوکنگ آئل بھی گرم کر کے ڈال دیں اور دس منٹ کے لئے دم پر رکھ دیں۔ (ماہ رخ کراچی)

چکن حلیم

اشیاء

پیاز	ایک پاؤ	کوکنگ آئل	دو کپ
چکن	دو کلو (ہڈی کے بغیر)	سرخ مرچ	حسب ذائقہ
گندم	ڈیڑھ چائے کی پیالی	کالی مرچ	چار، پانچ دانے
دال چنا	آدھا کپ	ہلدی	ایک چائے کا چمچہ
دال ماش	آدھا کپ	سفید زیرہ	ایک چمچہ چائے کا
دال مسور	آدھا کپ	دار چینی	چھوٹا ٹکڑا
دال موٹھ	آدھا کپ	الائچی بڑی	دو تین
جو	آدھا کپ	دہی	ایک پاؤ
		لونگ	۵ دانے
		ادرک لہسن پسا ہوا	ایک کھانے کا چمچہ
		نمک	حسب ذائقہ

ترکیب: جو اور گیہوں رات بھر بھگو دیں۔ دوسری دیگچی میں پیاز سرخ کریں چکن کو بھونیں۔ اس کے بعد اس میں تمام مسالے ڈال کر دہی میں شامل کر کے بھونیں، تاکہ چکن گل جائے تمام دالیں ابال لیں جو اور گیہوں کو بھی ابال لیں۔ پھر ان کو گرائینڈ کر لیں چکن میں ملا لیں۔ آدھا چکن بچا لیں پھر ان تمام چیزوں کو چولہے پر رکھ کر ہلکی آنچ پر پکائیں پھر اسے گھوٹ لیں۔ جو آدھا چکن بچا ہوا ہے اسے بھی الگ سے گرائینڈ کر کے اس آمیزے میں ملا لیں اب اس میں حسب ضرورت پانی ملا کر ہلکی آنچ پر پکائیں تقریباً ایک گھنٹے تک چمچہ چلاتے رہیں، تاکہ گلنے نہ پائے، تیار ہونے پر چولہے سے اتار لیں اور ڈش میں نکال کر گارنش کریں۔

(زلیخا خاتون)

چاولوں کے کباب

اشیاء: ابلے چاول دو پیالی، ابلا آلو ایک بڑا، پکا قیمہ یا کوئی سبزی ایک پیالی، لال مرچ ذائقہ کے مطابق، ہرا دھنیا چند پتیاں، گرم مصالحہ ایک چٹکی، بیسن تھوڑا سا، دودھ ایک دو چمچ، زیرہ ایک چٹکی۔

ترکیب: ابلے چاولوں میں نمک، مرچ ہرا مصالحہ، آلو اور ایک چٹکی گرم مصالحہ ڈال کر خوب اچھی طرح مسل لیں۔ ایک دو چمچ دودھ ڈال لیں تاکہ اچھی طرح نرم ہو کر حلوے جیسا ہو جائے۔

چاولوں کی چھوٹی ٹکیاں بنائیں۔ پکا ہوا قیمہ یا کوئی بچی ہوئی سبزی خشک بھون لیں اور ٹکیوں کے اندر بھر کر چپٹے چپٹے کباب بنا لیں۔ ایک پیالی میں پتلا پتلا بیسن گھول لیں۔ اس میں نمک، مرچ اور زیرہ ملا لیں۔ اب چاولوں کے کباب بیسن میں ڈبو ڈبو کر تل لیں۔

ہرے مصالحے والے چاول

اشیاء: چاول باسمتی ایک کلو، بیس منٹ کے لئے بھگو دیں۔ ہرا دھنیا دو گٹھی، لہسن ایک چھوٹا سا ٹکڑا، ادرک ایک چھوٹا سا ٹکڑا، نمک حسب ذائقہ، لیموں دو عدد، ہری مرچ چھ عدد، کالی مرچ آٹھ عدد، مارجرین ایک چائے کا چمچ، ڈالڈا تیل ایک کھانا پکانے والا چمچہ۔

ترکیب: سب سے پہلے ہرا دھنیا، لہسن کالی مرچ اور ہری مرچ کی باریک چٹنی پیس لیں، دیگچی میں تیل گرم کریں پھر اس میں چٹنی کو ہلکا سا تل کر چاول ڈال دیں، پھر چار پیالی پانی ڈال دیں۔ جب پانی سوکھ جائے تو ہلکی آنچ میں دم پر رکھ دیں۔ اوپر سے ایک چمچہ مارجرین ڈال دیں۔

کھچڑی قروت (ایرانی)

اشیاء: چاول آدھا کلو، مونگ کی دال (چھلکوں والی) آدھا کلو، پیاز ایک عدد، ثابت گرم مسالا ایک چمچ، قروت یا دہی ایک پیالی، گھی مرضی کے مطابق

ترکیب: تھوڑے گھی میں پیاز لال کر لیں۔ پھر اس میں نمک اور ثابت گرم مسالا (چار پانچ دانے لونگ، ایک چھوٹا چمچ کالا زیرہ، دو تین بڑی بڑی الائچی ایک ٹکڑا دار چینی اور تھوڑی کالی مرچ) ڈال کر سرخ کریں۔ کچھ دیر بعد دال ڈالیں۔ دو تین منٹ بھون کر ایک پیالی پانی ڈال دیں اور ڈھکنا بند کر دیں۔

پانی خشک ہو جائے تو چاول ڈالیں اور تقریباً سات پیالی پانی ڈال کر دم پر لگا دیں۔ جب کھچڑی تیار ہو جائے تو بڑی ڈش میں نکالیں یا ہر ایک کے لئے الگ الگ برتن میں نکالیں۔

کھچڑی کے درمیان میں گڑھا سا بنائیں اور اس کی پھینٹی ہوئی دہی یا قروت سے آدھا بھر دیں۔ اصلی گھی یا مکھن گرم کر کے دہی کے اوپر ڈال دیں۔ گرم گرم کھائیں۔

بقیہ بڑی بوڑھیوں کے ٹوٹکے:

چہرے پر لگائیں پھر ٹھنڈے پانی سے چہرہ دھولیں۔

پریشر ککر میں کیک بنانا

پریشر ککر میں کیک بناتے وقت اس کے ڈھکن کی ربڑ نکال لیں۔ اوون کی طرح اس کو پہلے تھوڑی دیر گرم (preheat) کر لیں۔ ڈھکن اور ویٹ بند کر کے اس کو تیز آنچ پر گرم کریں پھر اس میں کیک کا سانچہ رکھنے کے بعد آنچ درمیانی کر دیں۔ اس طرح پریشر ککر کے پھٹنے کا خطرہ بھی نہیں ہوگا اور ربڑ بھی محفوظ رہے گی۔

جلے ہوئے سالن کی بو

اگر سالن جل جائے تو فوراً دوسری دیگچی میں پلٹ لیں اور اس میں آدھا کپ دودھ ڈال دیں۔ جلنے کی بو غائب ہو جائیگی۔

سویٹر کی صفائی

سویٹر کو اپنے گھٹنے پر رکھیں اور ایک نئے یا استعمال شدہ ریزر سے اس کا ''شیو'' بنائیں لیکن اسے گیلا نہ کریں۔ تمام روئیں صاف ہو جائیں گے اور سویٹر نیا لگے گا۔

پھٹی ایڑیاں صحیح کریں

چار چمچے گلیسرین میں ایک عدد لیموں کا رس اور دو چٹکی پسی ہوئی پھٹکری ملا دیں۔ دن میں دو دفعہ پندرہ منٹ تک لگائیں، پھر پاؤں دھولیں۔ ایڑیاں نرم اور صاف ہو جائیں گی۔

طاقتی

▭ مایوس ازدواجی زندگی کے لئے۔ ▭ لاعلاج حضرات کی جب زندگی بے لطف ہو جائے۔ ▭ صحت، طاقت اور عارضی نہیں مستقل توانائی کے لئے۔

▭ صرف شادی شدہ کمزور مردوں کے لئے غیر شادی شدہ استعمال نہ کریں نقصان یا سائیڈ افیکٹ نہیں بلکہ غیر شادی شدہ برداشت نہیں کر سکتے۔ ▭ طاقتی کے سائیڈ افیکٹ نہیں۔ ▭ اعصابی کمزوری جلدی تھک جانے والے لوگوں کے لئے خوشخبری۔ ▭ کمر کے درد اور پٹھوں کے کھچاؤ اور پریشان لوگوں کے لئے لاجواب۔ ▭ ذہنی دباؤ، ٹینشن اور ڈپریشن کے مریض ضرور استعمال کریں۔ ▭ معدے کے نظام اور جگر کی اصلاح کھانے کو جزوِ بدن بنانے کیلئے۔

پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ بھیج کر خواصِ طاقتی مفت حاصل کریں۔

(قیمت: 930 علاوہ ڈاک خرچ)

اور خدا کے فضل سے مالا مال ہیں اور خوشخبری پاتے ہیں۔

آپ کا خواب اور روشن تعبیر

کیا یہ درست ہے کہ خواب سے زندگی کے ہر مسئلے میں رہنمائی ملتی ہے؟ خواب بیماریوں کے علاج دکھوں کے مداوے میں معاون ثابت ہوتے ہیں؟ حتیٰ کہ کسی دشمن حاسد کے کسی بھی قسم کے حملے سے آگاہی بعض اوقات خواب کے ذریعے ہو جاتی ہے اگر اس کی تعبیر روشن اور واضح ہو۔ آپ اپنے خواب لکھیں۔ صاف صاف لکھیں۔ خواب لکھتے ہوئے کوئی دوسرا مسئلہ درمیان میں نہ لکھیں دوسرے مسائل کیلئے علیحدہ خط لکھیں۔ توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ خط لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں خط کھولتے وقت پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا' کسی فرد کا نام اور کسی شہر کا نام خط کے اندر نہ لکھیں۔ نام اور شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور لکھیں۔

خواب: کامیاب شادی

(س ی۔ساہیوال)

(میں نے استخارہ کیا تھا کہ میری شادی میرے کزن (م) سے ہونا بہتر ہے یا نہیں) خواب! میں دیکھتی ہوں کہ میں اور میری کزن اور میری بہن اور دوست سب کہیں سیر وغیرہ کرنے گئے ہیں۔ ہر طرف کپاس کے پھول کھلے ہوئے ہیں۔ سب دوستوں نے اپنی اپنی جگہ مقرر کر لی ہوتی ہے کہ ہم نے فلاں جگہ رکنا ہے اور کپاس چننی ہے۔ میں اپنی بہن سمیت تمام دوستوں سے آگے چلی جاتی ہوں۔ جس طرف میں گئی ہوتی ہوں' ادھر ڈھیر ساری کپاس ہوتی ہے۔ میں سوچتی ہوں کہ ادھر کپاس کے پھول کتنے خوبصورت لگ رہے ہیں۔ میں پھر کپاس چننے لگتی ہوں اور چن کر ایک کپڑے پر ڈھیر کر دیتی ہوں۔ میں سوچتی ہوں کہ ادھر کپاس زیادہ ہے' میں باقی سب کو بھی بلا لاؤں۔ اتنے میں شور ہوتا ہے کہ کلاس میں ٹیچر آ گئی ہیں۔ میں ادھر چلی جاتی ہوں۔ ٹیچر مجھے کہتی ہیں کہ سعدیہ اٹھو اور دیکھو یہ کتاب پکڑو اور مجھے سناؤ۔ میں قرآن کی آیات پڑھنے لگتی ہوں۔ سب کلاس کی لڑکیاں میرے ساتھ ہی پڑھنے لگتی ہیں۔ میں انہیں کہتی ہوں' چپ رہو میں پڑھوں گی اور تم لوگ سنو! پھر میں کوئی آیات پڑھتی ہوں۔ قرأت کے ساتھ اور آیات مکمل کر لیتی ہوں۔

جواب: [redacted]

آپ کے استخارہ کا نتیجہ بالکل واضح ہے اور جس کزن (م) سے آپ نے شادی کے لئے استخارہ کیا تھا' بالکل واضح اشارہ ہے کہ اس سے آپ کی شادی نہایت کامیاب رہے گی۔

خواب: چار پائی پر سانپ

(ع ا۔کراچی)

میں نے خواب میں دیکھا کہ میں مسہری یا چار پائی پر سو رہی ہوں۔ مجھے سوتے میں لگا کہ میرے چہرے کے قریب سانپ ہے۔ میں نے آنکھ کھولی تو وہ چہرے کے قریب تھا۔ میں ڈر گئی اور خواب ہی میں کہہ رہی ہوں کہ اللہ تعالیٰ نے مجھے بچا لیا۔ خواب ہی میں' میں سوچ رہی ہوں کہ وہ سانپ چار پائی پر کیسے آ گیا۔ پھر اس کے بعد آنکھ کھل گئی۔

جواب: [redacted]

آپ کے خواب کے مطابق آپ کے کسی قریبی رشتہ دار کی طرف سے حاسدانہ دشمنی کا اندیشہ ہے لیکن انشاء اللہ آپ کی حفاظت ہوگی۔ آپ ہر نماز کے بعد 19 بار آیت الکرسی پڑھ کر اپنے اوپر دم کر لیا کریں۔

خواب: استخارہ

(ق۔س)

میں نے استخارہ کیا تو میں نے دیکھا کہ میں نے سفید رنگ کا بہت خوبصورت لباس پہنا ہوا ہے جس پر گلاب کے پھولوں کی کڑھائی ہوئی ہے' وہ کڑھائی گہرے رنگوں سے کی ہے۔ اس میں سیاہی مائل سرخ رنگ نمایاں ہے اور کام میں بڑی نفاست ہے۔ پھر دیکھا کہ رات کا وقت ہے اور میں ڈرائنگ روم کی کھڑکیاں بند کر رہی ہوں۔ میں نہا رہی ہوں۔ باتھ روم میں پانی کھڑا ہے اور میں فلش پر چڑھ کر نہا رہی ہوں۔ کچھ عرصہ پہلے میں نے خواب میں دیکھا کہ میرا منگیتر کہتا ہے کہ وہ مجھ سے اکیلے میں ملنا چاہتا ہے۔ میں راہداری سے گزر رہی ہوں وہاں اندھیرا ہے۔ وہ میرے پیچھے آ رہا ہے۔ میں اسے آتا دیکھ کر تھوڑا تیز بھاگتی ہوں' وہ تیزی سے دوڑ کر مجھے پکڑ لیتا ہے

جواب: [redacted]

آپ کا استخارہ بالکل واضح ہے اور آپ جس کام کو کرنا چاہتی ہیں انشاء اللہ اس میں بہتری اور غیبی مدد کا اشارہ بھی ہے۔

خواب: درود شریف

(احسان الٰہی۔ملتان)

میں نے دیکھا کہ میں درود ابراہیمی پڑھ رہا ہوں اور مجھے ایسا لگتا ہے کہ میں نماز کے بعد درود شریف پڑھ رہا ہوں اور پھر میری آنکھ کھل جاتی ہے۔

جواب: [redacted]

آپ کے خواب کے مطابق آپ کو بتایا گیا ہے کہ اپنی زندگی کو سنتوں کے مطابق گزارنے کی کوشش کریں تاکہ دارین کی کامیابی آپ کا مقدر بن جائے۔

خواب: لاشیں

(ذیشان)

میں نے دیکھا کہ کوئی دو نوجوان لڑکے جن کا میرے سامنے قتل ہوا ہے اور پیٹ سے خون نکل رہا ہے' ان کی لاشوں کو اٹھا کر لے جایا جا رہا ہے' ان میں سے ایک لڑکا جو 30 سال کا ہوگا' اچھا خوبصورت لڑکا ہے مگر میں ان میں سے کسی کو نہیں جانتا۔ پھر دیکھا قریب ہی میرا گھر ہے اور میں اپنے گھر کے دروازے پر کھڑا ہوں اور کوئی موٹا سا آدمی مجھے ان لڑکوں کے قتل کے بارے میں بتا رہا ہے۔ پھر اچانک میری آنکھ کھل جاتی ہے۔

جواب: [redacted]

آپ کے خواب میں اس بات کا اشارہ ہے کہ آپ کو اپنے مذکورہ کزن سے محتاط رہنا ہوگا ممکن ہے کہ آپ کے بعض کاموں میں رکاوٹیں بھی پیش آئیں آپ ''یا معید'' کثرت سے پڑھا کریں۔

خواب: پہاڑی پر

(محمد ہمایوں۔اسلام آباد)

مجھے اکثر یہ خواب نظر آتا ہے کہ میں ایک بڑی پہاڑی پر ہوں اور پھر وہاں سے نیچے گرتا ہوں لیکن خلاء پر گرتا ہوں۔ یہ نہیں کہ پتھر پر سے پھسلتا ہوں بلکہ خلا میں لٹکتا رہتا ہوں۔

جواب: [redacted]

آپ کے خواب کے مطابق آپ بے چینی کی کیفیت سے دوچار ہیں' آپ دینی احکام کی پابندی کریں اور پنج وقتہ نماز کا اہتمام کیا کریں۔ انشاء اللہ جلد یہ کیفیت ختم ہوگی۔

خواب: مسجد اور نماز

(نزاکت علی۔ملتان)

میں ایک مسجد میں ہوں' لوگ نماز پڑھ کر چلے جاتے ہیں اور میں وہاں صفائی کرنے لگتا ہوں۔ ایک عورت' اس کی بیٹی اور بیٹا مسجد میں آتے ہیں اور مجھے آواز دیتے ہیں۔ میں ان کے پاس جاتا ہوں' وہ مجھے کہتی ہے کہ میرا بچہ باہر گیا ہے' اس کو لے آؤ' میں بھاگ کر جاتا ہوں' بھاگ کر گرنے لگتا ہوں' ان کی بیٹی کہتی ہے کہ یہ گرنے والے تھے' بچ کیسے گئے؟ وہ عورت کہتی ہے کہ یہ تو اس کا بچنے کا طریقہ ہے' پھر اس کی بیٹی کی نظر میرے اوپر پڑتی ہے مجھے ان کا پیار ملتا ہے' میں ان کو گھر چھوڑنے جاتا ہوں۔ گھر چھوڑ کر جب واپس چلتا ہوں تو وہ مجھے روک لیتی ہیں اور کہتی ہیں کھانا کھا کر جاؤ مگر میں نہیں کھاتا پھر وہ مجھے پکڑ کر گھر کے اندر لے جاتے ہیں اور میں کھانا کھا کر چائے پی کر پھر ملنے کا وعدہ کر کے گھر کی طرف روانہ ہو جاتا ہوں۔

جواب: [redacted]

آپ کے خواب کے مطابق آپ کے کسی کام میں رکاوٹ پیدا ہونے سے مالی نقصان ہونے کا اندیشہ ہے۔ آپ فوری طور پر مالی صدقہ دیں اور ''یا بدیع'' چلتے پھرتے پڑھا کریں۔

تنبیہ: ماہنامہ ''عبقری'' فرقہ واریت اور تعصب سے پاک ہے فرقہ ورانہ اور متعصب موضوعات کی تحریریں ہرگز نہ بھیجیں (ادارہ)

یقیناً اللہ انہیں دوست نہیں رکھتا جو متکبر برائی جتانے والے ا[illegible]ں کرنے والے ہیں۔

☐ ہم نے اپنی جانوں پر ظلم کیا ☐ اے رب مجھے تکلیف پہنچ رہی ہے ☐ اے اللہ مجھ کو لاوارث مت رکھیوَ

ہر شخص اسم اعظم کا متلاشی ہے کہ کوئی ایسا لفظ جو ''ماسٹر کی'' کی طرح ہو کہ ہر مشکل ہر پریشانی اور ہر ایمرجنسی کے وقت پڑھیں اور اسی وقت مسئلہ حل ہو جائے۔ جنگلوں، صحراؤں اور پہاڑوں کی غاروں میں چلے اور وظائف کرنے والوں کے سچے تجربات، محدثین کے مشاہدات اور اولیاء کے کرشمات اسم اعظم کے بارے میں ملاحظہ فرمائیں

اسم اعظم (۱۴)

حضرت آدم علیہ اسلام کی دعا

رَبَّنَا ظَلَمْنَا اَنْفُسَنَا وَ اِنْ لَّمْ تَغْفِرْلَنَا وَ تَرْحَمْنَا لَنَكُوْنَنَّ مِنَ الْخَاسِرِيْنَ ۔ (الآیۃ)

''اے ہمارے ربّ! ہم نے اپنی جانوں پر ظلم کیا ہے، اگر آپ نے ہمیں معاف نہ کیا اور ہم پر رحم نہ کیا تو ہم یقیناً نقصان اٹھانے والوں میں سے ہوں گے۔''

اس دعا کے بارہ میں بھی بعض علماء نے فرمایا ہے کہ یہ اسم اعظم ہے۔ (الدر المنثور فی شرح اسماء اللہ الحسنیٰ ص: ۵)

اس دعا کے اسم اعظم ہونے کی وجہ یہ بتائی گئی ہے کہ اللہ تعالیٰ نے حضرت آدم علیہ السلام کے جنت سے نکلنے کے بعد اللہ تعالیٰ کے سکھانے سے یہ دعا فرمائی اور جب حضرت آدمؑ نے دعا کی تو اللہ تعالیٰ نے اس کو قبول فرمایا اور آپؑ کی توبہ مقبول ہوئی۔ چونکہ اسم اعظم کی خصوصیت میں سے ہے کہ اس کے بعد دعا قبول ہوتی ہے لہٰذا یہ دعا اسم اعظم ہوئی۔

اس دعا کے من جانب اللہ حضرت آدمؑ کی تلقین کرنے کا حوالے علامہ سیوطیؒ نے تفسیر الدر المنثور ۱/۵۹ میں حضرت ابن عباسؓ کے حوالہ سے اور ابن جریر و ابن ابی حاتم نے حضرت محمد بن کعب قرظی کے حوالہ سے نقل کیا ہے۔ واللہ اعلم۔

اسم اعظم (۱۵)

ارحم الراحمین

بعض علماء نے ''ارحم الراحمین'' کے اسم اعظم ہونے کی دلیل حضرت ایوب علیہ السلام کی اس دعا سے نکالی ہے:

''و ایوب اذ نادی ربه انی مسنی الضر وانت ارحم الراحمین. فاستجبنا له فکشفنا مابه من ضر'' (سورۃ الانبیاء: ۸۳، ۸۴)

''اور ایوب کا جب اس نے پکارا اپنے ربّ کو کہ مجھے یہ تکلیف پہنچ رہی ہے اور سب مہربانوں سے بڑے مہربان ہیں تو ہم نے ان کی دعا کو قبول کیا اور ان کو جو تکلیف تھی اس کو دور کر دیا۔''

ان آیات میں حضرت ایوب علیہ السلام کی دعا ارحم الراحمین کا لفظ آیا ہے اور اگلی آیت میں اس کی قبولیت کیلئے ''فاستجبنا له'' (ہم نے ان کی دعا کو قبول کرلیا) آیا ہے اس سے معلوم ہوتا ہے کہ ارحم الراحمین اسم اعظم ہے۔ (الدر النظیم۔ ص: ۳۵)

حکایت:

حضرت زید بن حارثہؓ نے ایک شخص سے طائف جانے کے لئے خچر کرایہ پر لیا تو اس شخص نے یہ شرط کی کہ میں ان کو جہاں چاہوں روک سکتا ہوں، چنانچہ وہ شخص آپ کو بٹھا کر ایک ویرانے میں لے گیا اور کہا کہ اترو، اچانک انہوں نے دیکھا کہ اس ویرانے میں بہت سے لوگ قتل ہوئے پڑے تھے۔ جب اس نے آپ کو قتل کرنے کا ارادہ کیا تو آپ نے فرمایا مجھے دو رکعت پڑھنے کی مہلت دو؟ اس نے کہا پڑھ لو تم سے پہلے ان لوگوں نے بھی نماز پڑھی تھی لیکن ان کو ان کی نماز نے کچھ فائدہ نہ دیا، جب میں نے نماز پڑھ لی اور وہ مجھے قتل کرنے آیا تو میں نے کہا ''یَا اَرْحَمَ الرَّاحِمِیْنَ'' تو اس نے ایک آواز سنی کہ ''اس کو قتل مت کرو'' تو وہ باہر نکل کر دیکھنے گیا مگر اس کو کوئی نظر نہ آیا پھر ان کی طرف لوٹ آیا اور قتل کرنا چاہا تو ایک گھڑ سوار اچانک اس کے سامنے نمودار ہوا اور اس کو اپنے نیزے سے قتل کر دیا۔

اسم اعظم (۱۶)

خیر الوارثین

بعض علماء فرماتے ہیں کہ اللہ تعالیٰ کا اسم اعظم ''خَيْرُ الْوَارِثِيْنَ'' ہے جیسا کہ حضرت زکریا علیہ السلام کی اس دعا سے ثابت ہوتا ہے۔

رَبِّ لَا تَذَرْنِىْ فَرْدًا وَّ اَنْتَ خَيْرُ الْوَارِثِيْنَ. فاستجبنا له. (سورۃ الانبیاء. ۹۸، ۹۹)

''اے میرے ربّ! مجھ کو لاوارث مت رکھیو اور آپ سب وارثوں سے بہتر ہیں۔ تب ہم نے ان کی دعا کو قبول کیا۔''

(یعنی جب حضرت زکریاؑ نے اللہ تعالیٰ کو خیر الوارثین کے ساتھ مخاطب کر کے دعا مانگی تو اللہ تعالیٰ نے ان کی دعا قبول کرتے ہوئے اس کا اظہار قرآن کریم میں فاستجبنا له سے فرمایا اس سے معلوم ہوتا ہے کہ خیر الوارثین اللہ تعالیٰ کا ''اسم اعظم'' ہے۔ (باقی آئندہ شمارے میں ملاحظہ فرمائیں)

حسن زندگی

رواجی ذہن

مولانا وحید الدین خان

الیس ہووے (Elias Howe) امریکہ کے مشہور شہر ماساچوسٹس کا ایک معمولی کاریگر تھا۔ وہ ۱۸۱۹ء میں پیدا ہوا اور صرف ۴۸ سال کی عمر میں ۱۸۶۷ میں اس کا انتقال ہو گیا۔ مگر اس نے دنیا کو ایک ایسی چیز دی جس نے کپڑے کی تیاری میں ایک انقلاب پیدا کر دیا۔ یہ سلائی کی مشین تھی جو اس نے ۱۸۴۵ میں ایجاد کی۔

الیس ہووے نے جو مشین بنائی اس کی سوئی میں دھاگا ڈالنے کے لئے ابتداً سوئی کی جڑ کی طرف چھید ہوتا تھا جیسا کہ عام طور پر ہاتھ کی سوئیوں میں ہوتا ہے۔ ہزاروں برس سے انسان سوئی کی جڑ میں چھید کرتا آ رہا تھا۔ اس لئے الیس ہووے نے جب سلائی مشین تیار کی تو اس میں بھی عام رواج کے مطابق اس نے جڑ کی طرف چھید بنایا۔ اس کی وجہ سے اس کی مشین ٹھیک کام نہیں کرتی تھی۔ شروع میں وہ اپنی مشین سے صرف جوتا سی سکتا تھا۔ کپڑے کی سلائی اس مشین پر ممکن نہ تھی۔

الیس ہووے ایک عرصہ تک اسی ادھیڑ بن میں رہا مگر اس کی سمجھ میں اس کا کوئی حل نہیں آتا تھا۔ آخر کار اس نے ایک خواب دیکھا۔ اس خواب نے اس کا مسئلہ حل کر دیا۔

اس نے خواب میں دیکھا کہ کسی وحشی قبیلہ کے آدمیوں نے اس کو پکڑ لیا ہے اور اس کو حکم دیا ہے کہ وہ ۲۴ گھنٹہ کے اندر سلائی کی مشین بنا کر تیار کرے۔ ورنہ اس کو قتل کر دیا جائے گا۔ اس نے کوشش کی مگر مقررہ مدت میں وہ مشین تیار نہ کر سکا۔ جب وقت پورا ہو گیا تو قبیلہ کے لوگ اس کو مارنے کے لئے دوڑ پڑے۔ ان کے ہاتھ میں برچھا تھا۔ ہووے نے غور سے دیکھا تو برچھے کی نوک پر ایک سوراخ تھا۔ یہی دیکھتے ہوئے اس کی نیند کھل گئی۔

ہووے کو آغاز مل گیا۔ اس نے برچھے کی طرح اپنی سوئی میں بھی نوک کی طرف چھید بنایا اور اس میں دھاگا ڈالا۔ اب مسئلہ حل تھا۔ دھاگے کا چھید اوپر ہونے کی وجہ سے جو مشین کام نہیں کر رہی تھی وہ نیچے کی طرف چھید بنانے کے بعد بخوبی کام کرنے لگی۔

ہووے کی مشکل یہ تھی کہ وہ رواجی ذہن سے اوپر اٹھ کر سوچ نہیں پاتا تھا۔ وہ سمجھ رہا تھا کہ جو چیز ہزاروں سال سے چلی آ رہی ہے وہی صحیح ہے۔ جب اس کے لاشعور نے اس کو تصویر کا دوسرا رخ دکھایا اس وقت وہ معاملہ کو سمجھا اور اس کو فوراً حل کر لیا۔ جب آدمی اپنے آپ کو ہمہ تن کسی کام میں لگا دے۔ تو وہ اسی طرح اس کے رازوں کو پالیتا ہے، جس طرح مذکورہ شخص نے پالیا۔

آپ کے رب نے یہ قطعی اور آخری فیصلہ کر دیا ہے کہ اس کے بغیر کسی کی عبادت نہ کی جائے اور ماں باپ پر احسان کیا جائے۔

مستند روحانی نسخے

اذان سے ڈیپریشن اور خاندانی پریشانیوں کا علاج

(بے چین دلوں کا سکون اور مایوس گھروں کے لئے سہارا شرعی کمالات و برکات آپ کے ہاتھوں میں)

(۱۸) غمگین شخص کے کان میں اذان دینا:

حضرت علیؓ فرماتے ہیں کہ رسول ﷺ نے مجھے غمگین دیکھ کر فرمایا ابن ابی طالب میں تمہیں غمگین دیکھ رہا ہوں؟ میں نے کہا جی ہاں! آپ ﷺ نے فرمایا **فمر بعض اهلک تئوذن فی اذنک فانه دو االلهم.**

"تم اپنے گھر والوں میں سے کسی سے کہو کہ وہ تمہارے کام میں اذان دے کیونکہ یہ غم کا علاج ہے۔"

حضرت علیؓ فرماتے ہیں کہ میں نے یہ عمل کیا تو میرا غم دور ہو گیا، اسی طرح اس حدیث کے تمام راویوں نے اس کو آزما کر دیکھا تو سب نے اس کو مجرب پایا۔

فائدہ: جو شخص کسی رنج و غم میں مبتلا ہو اس کے کان میں اذان دینے سے اس کا رنج و غم دور ہو جاتا ہے۔

(۱۹) بداخلاق کے کان میں اذان دینا:

حضرت علی کرم اللہ وجہہ سے روایت ہے کہ رسول اکرم ﷺ نے ارشاد فرمایا: **من ساء خلقه من انسان او دابة فاذنو الی اذنهه** "جو بداخلاق ہو جائے، خواہ انسان ہو یا چوپایہ تو اس کے کان میں اذان دو۔" (رواہ الدیلمی مرقات شرح مشکوۃ) فائدہ: جس کی عادت خراب ہو جائے یا کوئی نافرمان ہو جائے خواہ انسان ہو یا جانور تو اس کے کان میں اذان دی جائے وہ فرمانبردار ہو گا اور اس کی عادت درست ہو جائے گی۔ اسی طرح اگر بس، گاڑی، کار یا کوئی بڑی گاڑی وغیرہ بار بار تنگ کر رہی ہو تو اس کے اندر اذان دی جائے اور اپنی طاقت کے مطابق کچھ صدقہ دیا جائے۔

(۲۰) شیطان کے پریشان کرنے اور ڈرانے کے وقت اذان کہنا

حضرت سہیل بن ابی صالح کہتے ہیں کہ میرے والد نے مجھے بنو حارثہ کے پاس بھیجا اور میرے ہمراہ ہمارا ایک بچہ یا ساتھی تھا۔ دیوار کی طرف سے کسی پکارنے والے نے اس کا نام لے کر آواز دی، اور اس ساتھی نے جو میرے ہمراہ تھا دیوار کی طرف دیکھا تو اس کو کوئی چیز نظر نہیں آئی، پھر میں نے اپنے والد صاحب سے اس کا تذکرہ کیا تو انہوں نے فرمایا اگر مجھے پتہ ہوتا کہ تمہیں یہ بات پیش آئے گی تو میں تم کو نہ بھیجتا: "لیکن (یہ بات یاد رکھو کہ) جب تم کوئی آواز سنو تو بلند آواز سے اذان کہو، کیونکہ میں نے حضرت ابو ہریرہؓ کو حضور ﷺ کی یہ حدیث بیان کرتے ہوئے سنا ہے کہ جب اذان کہی جاتی ہے تو شیطان پیٹھ پھیر کر گوز مارتا ہوا بھاگتا ہے۔"

(۲۱) غول بیابانی (بھوتوں) کو دیکھ کر اذان کہنا

حضرت سعد بن ابی وقاصؓ کہتے ہیں کہ میں نے رسول اکرم ﷺ کو یہ فرماتے ہوئے سنا ہے کہ "جب تمہارے سامنے بھوت پریت مختلف شکلوں میں نمودار ہوں تو اذان کہو"

فائدہ: اگر کوئی شخص بھوت پریت دیکھے یا مختلف قسم کے ہیولے نظر آئیں تو اس وقت بلند اواز سے اذان کہنی چاہیے۔ سب دفع ہوجائیگا۔

(۲۲) جن مختلف مواقع میں اذان کہنی چاہیے

مذکورہ مواقع کے علاوہ اذان کے درج ذیل مواقع بھی بزرگوں نے ذکر کئے ہیں۔ (۱) آگ لگنے کے وقت (۲) کفار سے جنگ کرنے کے وقت (۳) غصہ کے وقت (۴) جب مسافر راستہ بھول جائے (۵) اور جب کسی کو مرگی کا دورہ پڑے لہٰذا علاج اور عمل کے طور پر ان مواقع میں بھی اذان کہنے میں کوئی حرج نہیں ہے۔ امداد الفتاویٰ میں ہے ان مواقع میں اذان سنت ہے۔ (۱) فرض نماز (۲) بچہ کے کان میں وقت ولادت (۳) آگ لگنے کے وقت (۴) جنگ کفار کے وقت (۵) مسافر کے پیچھے جب شیاطین ظاہر ہو کر ڈرائیں (۶) غم کے وقت (۷) غضب کے وقت (۸) جب مسافر راہ بھول جائے (۹) جب کسی کو مرگی آوے (۱۰) جب کسی آدمی یا جانور کی بدخلقی ظاہر ہو، اس کو ساحب ردالمختار نے اپنی کتاب میں ذکر کیا ہے۔

(۲۳) بری موت سے بچنے کا نبویؐ نسخہ

حضرت عثمانؓ کہتے ہیں حضرت حارثہ بن نعمانؓ کی بینائی جا چکی تھی انہوں نے اپنی نماز کی جگہ سے لے کر اپنے کمرے کے دروازے تک ایک رسی باندھ رکھی تھی جب دروازے پر کوئی مسکین آتا تو اپنے ٹوکرے میں سے کچھ لیتے اور رسی کو پکڑ کر دروازے تک جاتے اور اپنے ہاتھ سے اس مسکین کو دیتے۔ گھر والے ان سے کہتے آپ کی جگہ ہم جا کر مسکین کو دے آتے ہیں وہ فرماتے میں نے رسول ﷺ کو فرماتے ہوئے سنا ہے کہ مسکین کو اپنے ہاتھ سے دینا بری موت سے بچاتا ہے۔ (جاری ہے)

مولی

مولی ایک مخروطی شکل کی جڑ نما سفید رنگ کی سبزی ہے۔ مولی کی لمبائی وموٹائی مختلف علاقوں میں مختلف ہوتی ہے اس کو عربی زبان میں فجل اور فارسی میں ترب بولا جاتا ہے سندھی زبان میں موری اور بنگالی میں مولا اور انگریزی میں ریڈش نام سے موسوم کیا جاتا ہے۔ میرے خیال میں پاکستان میں کوئی ایسا شخص نہیں جس نے اسے استعمال نہ کیا ہو اور وہ اس سے واقف نہ ہو۔ اس کا مزہ شاداب شوریت مائل اور تیز ہوتا ہے اس کے پتے شلجم کی طرح لیکن شلجم سے چھوٹے ہوتے ہیں اس کے پودے کو پھلیاں لگتی ہیں۔ جب یہ پختہ ہو جاتی ہیں تو ان پھلیوں کی لمبائی دو تین انگل ہوتی ہے۔ جن کو مونگرے کہتے ہیں۔ اس کے بیج بھی مستعمل ہیں۔ اس کا مزاج گرم وخشک دوسرے درجے میں ہے۔

افعال: اس میں دو قسم کے جوہر پائے جاتے ہیں جو ایک دوسرے کے متضاد ہیں ایک جوہر جو زمینی ہے وہ غلیظ اور دیرہضم ہوتا ہے جس کی وجہ سے یہ دیرہضم ہوتی ہے، اس کا دوسرا جوہر لطیف و گرم ہے اسی جوہر کی وجہ سے مولی لطیف اور گرم ہے اسی جوہر کی وجہ سے مولی لطیف 'ہاضم' کا سریع ہے۔ مدر بول اور درموں کو حل کرتی ہے طحال کے ورم کو بہت مفید ہے زمینی جوہر کی وجہ سے یہ خود دیرہضم ہے۔ اس کے پتوں میں قوت اورار ہے۔ اس کے پھل جن کو مونگرے کہتے ہیں ثقیل اور قابض ہیں اس کے پتوں اور جڑوں کو جلا کر نمک نکالا جاتا ہے جو ہاضم اور مدر بول ہے۔

تخم ترب کلف برص و بہق جیسے امراض میں مفید ہے۔

ضماد برص: تخم ترب ایک تولہ کو اچھی طرح باریک کر کے روغن کنجد میں ملا کر برص کے لئے ضماد کریں مفید ہے۔

استعمال: مولی خام حالت میں تراش کر نمک کے ہمراہ کھلاتے ہیں اور ورم طحال کو تحلیل کرنے کے لیے سرکہ انگوری میں پروردہ کر کے استعمال کرتے ہیں خدا تعالیٰ نے اس کے پانی میں بہت قوت رکھی ہے۔ جو کہ بواسیر جیسی موذی مرض کے لئے اکسیر کا درجہ رکھتی ہے۔

ایک حصہ آب ترب میں روغن کنجد ملا کر آگ پر پکائیں اور جب صرف روغن رہ جائے تو اس کو صاف کر کے درد گوش کے لئے ورطنین و دودی کے ازالہ کے لئے قطور کرتے ہیں برگ ترب کا پانی لے کر اس میں شکر سرخ ملا کر یرقان کے مرض کے لئے استعمال کرایا جاتا ہے۔ مدر ہونے کی وجہ سے استعمال کرتے ہیں۔ یہی وجہ ہے کہ اس کا آب استسقاء والے مریض کو فائدہ دیتا ہے۔

گردہ میں پتھری ہونے پر یا مثانہ سے پتھری خارج کرنے کے لئے اس کا آب بہت مفید ہے۔ قدرت نے اس میں بہت فائدے انسانی زندگی کے لئے رکھے ہیں۔ اگر اس کا نمک خود مناسب طریقہ پر تیار کیا جائے تو بہت زیادہ مفید ہے بازار میں میسر نمک طبی طریقہ پر تیار نہیں ہوتا۔

طریقہ نمک مولی: تازہ مولیاں لے کر صاف کر کے آب حاصل کر لیں، اس کو اچھی طرح مقطر کر کے آگ دھیمی پر خشک کر لیں تو نمک مولی تیار ہو جائے گا۔ اس کو ہاضمے کے لئے اور گردہ مثانہ کی پتھری نکالنے کے لئے گرام صبح و شام آب تازہ کے ساتھ غذا کے بعد استعمال کرائیں۔

اگر تمہارے درمیان کسی معاملہ میں جھگڑا ہو جائے تو اسے اللہ اور رسول ﷺ کی طرف لوٹا دو۔

نفسیاتی گھریلو الجھنیں اور آزمودہ یقینی علاج

پریشان اور بدحال گھرانوں کے الجھے خطوط اور سلجھے جواب

موت کا خوف:

(محمد اسماعیل بلوچ، جیکب آباد)

سوال: میں تقریباً ۱۵، ۱۶ سال کا نوجوان ہوں۔ بہت پریشان ہو کر آپ کو خط لکھ رہا ہوں۔ مسئلہ یہ ہے کہ تقریباً ڈیڑھ دو ماہ پہلے میرے والد کا انتقال ہو گیا تھا۔ اس واقعے کے بعد سے میرے دل میں یہ خوف پیدا ہو گیا ہے کہ کہیں اب میں بھی نہ مر جاؤں۔ اس بات پر جتنا سوچتا ہوں اتنا ہی پریشانی بڑھتی جاتی ہے۔ ایسا لگتا ہے کہ میرا سانس رک جائے گا۔ اور میں مر جاؤں گا۔ یہ وہم کسی طرح ختم نہیں ہو رہا ہے۔ اس کی وجہ سے سارا دن ذہن بوجھل بوجھل رہتا ہے۔ کسی کام میں دل نہیں لگتا اور دل میں آتا ہے کہ اپنی زندگی کو ختم کر دوں۔

جواب: عزیز من! ایسا لگتا ہے کہ آپ اپنا زیادہ تر وقت تنہائی میں گزارتے ہیں۔ گھر میں ہم عمر عزیز، بہن بھائی اور ساتھی نہ ہوں تو بچہ تنہائی پسند ہو جاتا ہے۔ ماں باپ کے انتقال کا اثر طبیعت پر ہونا فطری بات ہے۔ اس اثر کو وقت زائل کر دیتا ہے۔ اگر آپ نے اب تک حلقہ دوستی کو محدود رکھا ہوا ہے تو اس کو وسعت دیجئے۔ اپنے خیالات اور احساسات کو اپنے آپ تک محدود نہ رکھئے۔ عزیزوں میں یا اسکول کے لڑکوں میں ہم خیال اور ہمدرد لڑکوں سے دوستی بڑھائیں اور ان کے ساتھ وقت گزارا کیجئے اگر آپکی کوئی بہن ہو تو اس کو اپنا راز دار بنایئے۔ بہنوں کے دلوں میں بھائیوں کیلئے جو شفقت اور پیار ہوتا ہے وہ زخموں پر مرہم کا کام کرتا ہے۔ بے لوث محبت بہت سی بیماریوں کا علاج ہے۔

آپ کے خط سے معلوم ہوتا ہے کہ آپ خاصے ذہین ہیں اور مطالعہ بھی کرتے ہیں۔ فارغ وقت میں اچھی کتابیں اور رسالے پڑھا کریں۔ ذہن کو خالی نہ رہنے دیں اور جب بھی منفی خیالات آنے شروع ہوں آپ اپنا ماحول فوراً بدل دیں۔ گھر میں ہوں تو باہر نکل جائیں کسی دوست کو لے کر ذرا گھوم آئیں۔ کوئی نہ ملے تو کسی عزیز کے گھر ہو آئیں۔ یہ بھی ممکن نہ ہو تو تنہا ہی بازار گھوم آئیں۔ دوسرے لوگوں پر اپنی توجہ مبذول کریں۔ ان پر غور کریں۔ ان کے مسائل اور خیالات معلوم کریں۔ آپ کو اندازہ ہو گا کہ تنہا آپ ہی مسائل یا الجھنوں کا شکار نہیں ہیں۔ آپ ہی کے والد کا انتقال نہیں ہوا ہے۔ دنیا میں کوئی گھر ایسا نہیں ملے گا جس میں کوئی فرد گزر نہ چکا ہو۔ دوسروں کی ہمدردی اور خدمت اپنی بھی بہترین ہمدردی ہے۔ آپ اپنے بارے میں ذہن کو سوچنے کی مہلت نہ دیں۔ کاموں میں پڑھنے میں اور کھیل میں مصروف رہیں کھیل بہت ضروری ہے خاص طور پر آؤٹ ڈور کھیل جن میں جسمانی محنت بھی ہوتی ہے۔ کھلی ہوا بھی ملتی ہے اور ساتھیوں کا تعاون بھی۔

اگر ہو سکے تو کچھ دن کیلئے کسی دوسری جگہ ہو آیئے، تاکہ ماحول بالکل ہی بدل جائے در و دیوار آب و ہوا اور افراد بدل جانے سے خیالات واحساسات پر بھی خوش گوار اثر پڑتا ہے۔ تعلیم کے علاوہ اپنا کوئی شوق بھی رکھئے۔ یہ شوقیہ مشغلے بہت سے ہو سکتے ہیں۔ ان میں کھیل، شکار باغ بانی فوٹو گرافی مضمون نویسی مصوری ٹکٹ یا سکے جمع کرنے کے علاوہ بہت سے شوق شامل ہیں اپنا رحجان کی کر کوئی ایک مشغلہ اپنایئے۔ اور اس میں اتنی دلچسپی پیدا کیجئے کہ ضروری کاموں سے جب بھی ذرا سا وقت ملے آپ اس مشغلے میں لگ جائیں بلکہ ڈوب جائیں اس طرح آپ کو منفی خیالات کی فرصت ہی نہیں ملے گی۔

مجھے یقین ہے کہ آپ میرے مشوروں کی روشنی میں اپنے خیالات پر قابو پانے کی کوشش کریں گے تو بہت جلد صحت و سکون کی شاہراہ پر چلنے لگیں گے۔

نوعمری میں سفید بال

سوال: میری عمر ۱۴ سال ہے۔ میرے سر میں آدھے سے زیادہ بال سفید ہیں۔ ان کی وجہ سے میں بہت پریشان رہتی ہوں۔ ہر کوئی کہتا ہے کہ تمہارے بال سفید ہیں۔ یہ بات مجھے بہت بری لگتی ہے۔ آپ بتایئے کیا سفید بالوں کو جڑ سے نکال دینے سے سفید بال اور زیادہ نکلتے ہیں؟

میرے بال سفید ہوئے تقریباً تین سال ہو گئے ہیں۔ پہلے مجھے زیادہ پروا نہیں تھی، لیکن اب عمر کے ساتھ ساتھ مجھے زیادہ احساس ہو رہا ہے۔ میرے بعض بال یا تو نیچے سے سفید اور اوپر سے بھورے ہیں یا اوپر سے سفید تو نیچے سے بھورے ہیں۔ زیادہ تر پورے سفید ہیں۔ اس کے علاوہ جب میں اسکول میں کھیلتی ہوں تو میرے سر میں سخت درد ہوتا ہے۔ ذرا سا پیار میں بھی کوئی سر پر چپت مار دے تو فوراً سر میں درد شروع ہو جاتا ہے۔ میرے بال بھی کم بڑھتے ہیں، بلکہ بڑھتے ہی نہیں ہیں۔ ہم اچھے کھاتے پیتے لوگ ہیں۔ درمیانے طبقے سے تعلق ہے۔ گھر میں ہر قسم کی چیز پکتی ہے۔ مگر میں گوشت کم مقدار میں کھاتی ہوں۔ کیوں کہ گوشت اچھا نہیں لگتا۔ مچھلی بھی کم کھاتی ہوں۔ البتہ چھالیہ زیادہ کھاتی ہوں۔ از راہ کرم مجھے جواب ضرور نوازیے گا۔ (محترمہ راشدہ یعقوب لاہور)

جواب: بیٹی! آپ کا مسئلہ واقعی خاصا سنگین معلوم ہوتا ہے۔ اس دور میں بالوں کا سفید ہو جانا ایک عام بات ہو گئی ہے۔ معلوم نہیں اس کے کیا اسباب ہو سکتے ہیں۔ زندگی کے موجودہ طریقے ہی اس کے ذمے دار معلوم ہوتے ہیں۔ تین تین سال کے بچوں کے سر کے بال سفید ہونے لگے ہیں اور اب تک کوئی دوا بھی ایسی نہیں نکلی ہے کہ اس سے بال مستقل طور پر کالے ہو جائیں۔ طرح طرح کے خضاب تو بازار میں موجود ہیں اور ان سے ہزاروں بلکہ لاکھوں لوگ اپنے بالوں کو کالا کر کے اپنے دل کو تسلی دے لیتے ہیں لیکن یہ خضاب کیمیائی چیزوں سے بنتے ہیں اور بہت نقصان دہ ہوتے ہیں۔ ایک نقصان تو بہت سامنے کا ہے کہ ان خضابوں کی تیزی سے بال اڑنا شروع ہو جاتے ہیں اور چند سال میں سر خاصا گنجا ہو جاتا ہے اور آدمی سوچنے لگتا ہے کہ اگر اسی طرح بال کم ہوتے رہے تو شاید بہت جلد وہ وقت آجائے گا۔ جب سر پر بال ہی نہیں رہیں گے۔ پھر کالے اور سفید کا مسئلہ ہی ختم ہو جائے گا۔ اس لئے میں آپ کو مشورہ تو نہیں دے سکتا کہ آپ خضاب لگانے لگیں۔ ہاں مہندی لگا سکتی ہیں۔ سرخ بال بھی اچھے لگتے ہیں۔ بہت سی لڑکیاں تو اپنے کالے بالوں کو سرخ کرنے کی کوشش کرتی ہیں۔

اصل بات یہ ہے کہ سفید بالوں کو قبول کر لینا چاہیے۔ عمر رسیدہ لوگ تو اپنی عمر چھپانے کیلئے خضاب لگا کر اپنے بال سیاہ کرتے ہیں لیکن کم عمر لوگوں کو یہ اطمینان ہونا چاہیے کہ وہ بوڑھے نہیں ہیں۔ بال سفید ہوا کریں۔ ان کا جسم تو جوان ہے اعضاء تن درست ہیں۔ ان میں توانائی ہے اور ہر وہ خوبی ہے جو جوانی میں ہوتی ہے۔

یہ واقعی مسئلہ ہے کہ لوگ ٹوک ٹوک کر اور جتا جتا کر پریشان اور احساس کمتری میں مبتلا کر دیتے ہیں۔ یہ لوگ بڑے بے رحم ہوتے ہیں۔ ان کی تو ذرا سی زبان ہلی لیکن کسی کا دل ٹوٹ گیا۔ میں آپ کو مشورہ دوں گا کہ آپ ان کو جواب دیا کریں اگر بال سفید ہیں تو کیا ہوا۔ یہ کوئی عیب کی بات نہیں ہے۔ میرے ہاتھ پیر آنکھ ناک کان تو صحیح سلامت ہیں۔ دنیا میں کوئی آدمی بھی مکمل نہیں ہے۔ غور کیا جائے تو ہر ایک میں کوئی نہ کوئی خامی ضرور ہو گی اس لئے آپ نہ خود سوچیں اور نہ کسی کے کہنے سے پریشان ہوں بلکہ اپنی تعلیم پر توجہ دیں۔ اور خوب دل لگا کر اور محنت سے پڑھیں لکھیں کوئی ہنر کوئی فن سیکھیں۔ اچھی اچھی محبت کرنے والیاں سہیلیاں بنائیں اور ان کے ساتھ کچھ نہ کچھ خدمت خلق کے کام بھی کیا کریں۔ یہاں تک کہ آپ خوب مقبول ہو جائیں اور لوگ آپ سے محبت کرنے لگیں اور آپ سے کوئی ایسی بات نہ کریں جس سے آپ کسی سوچ میں پڑ جائیں یا احساس کمتری میں مبتلا ہو جائیں۔ غرض علم ہنر اخلاق اور صحت کا خیال رکھ کر آپ سفید بالوں کے باوجود پر کشش اور پسندیدہ نظر آسکتی ہیں۔

ایک اور ضروری بات یہ ہے کہ لوگ عام طور پر دوائیں اور علاج بتانے کے بہت شوقین ہوتے ہیں اور طرح طرح کے مشورے دیتے ہیں اور مثالیں دیتے ہیں کہ فلاں آدمی نے فلاں چیز لگائی تو اس سے اس کے بال بالکل کالے ہو گئے۔ میں آپ کو مشورہ دوں گا کہ آپ ان پر توجہ نہ دیں کیونکہ ایک تو ایسی یقینی دوا یا بے ضرر خضاب اب تک وجود میں نہیں آیا ہے۔ دوسرے آپ جب تک بالوں کو سیاہ کرنے کی کوشش کرتی رہیں گی آپ کی توجہ اس طرف رہے گی اور آپ کا احساس اور افسوس باقی رہیگا لہٰذا میرے خیال میں یہ زیادہ بہتر ہے کہ آپ اس مسئلے کو ہمیشہ کیلئے حل کر لیجئے کہ یہ کوئی مسئلہ ہی نہیں ہے اور آپ کو سفید بالوں کے ساتھ ہی جینا ہے اور مزے سے جینا ہے۔

بقیہ اہم اوراق: آپ کبھی کبھی ہاتھوں پر مہندی لگایا کیجئے۔ مہندی گھولتے وقت اس میں ایک چمچ جو کا سرکہ ڈال لیے۔ مری کا سرکہ جو والا خریدیئے دوسرے سرکے سے نقصان ہوگا۔ دوسرے تیسرے دن ایک چمچی سرکہ پانی میں ملا کر اس سے ہاتھ دھولیا کیجئے۔ چائے کا پانی عموماً کیتلی میں بچ جاتا ہے آپ اس پانی سے دن میں دو بار ہاتھ دھو سکتی ہیں۔

مظلوم کی آہ سے ڈرو اس لئے کہ اللہ اور اس کے درمیان کوئی پردہ نہیں۔

بہارِ رفتہ کی اُجلی سچی کہانیاں

شاہی اصطبل

زبیر بن العوامؓ کے بیٹے عروہ صبر و استقامت کے پیکر مجسم تھے بڑی سے بڑی آزمائش اور تکلیف کے موقع پر بھی زبان سے اف نہ نکلتی تھی۔ ایک دفعہ خلیفہ عبدالملک کے پاس شام گئے۔ ان کے لڑکے محمد بھی ساتھ تھے۔ شاہی اصطبل دیکھنے گئے، ایک جانور نے انہیں پٹک دیا۔ محمد اسی وقت جاں بحق ہو گئے۔

کچھ مدت بعد عروہ کے پاؤں میں ایک قسم کا زہریلا زخم بن گیا۔ اطباء نے پاؤں کاٹے جانے کا مشورہ دیا، ورنہ اندیشہ ظاہر کیا کہ زہر تمام جسم میں پھیل جائے گا۔ عروہ اس وقت ضعیف ہو چکے تھے لیکن انہوں نے جوانوں سے بڑھ کر ہمت و استقلال سے کام لیا۔ پاؤں کاٹنے سے پہلے طبیب نے کہا: "تھوڑی سی شراب پی لیجئے تاکہ تکلیف کا احساس کم ہو۔" فرمایا: "جس مرض میں مجھ کو صحت کی امید ہو، اس میں بھی حرام شئے سے مدد نہ لوں گا۔" طبیب نے کہا: "تو بے ہوش کر دینے والی دوا ہی استعمال کر لیجئے۔" فرمایا: "میں یہ بھی نہیں پسند کرتا کہ میرے جسم کا ایک عضو کاٹا جائے اور میں اس کی تکلیف محسوس نہ کروں۔"

اپریشن کے وقت چند آدمی سنبھالنے کے لئے آئے۔

عروہ نے پوچھا: "تمہارا کیا کام ہے؟"

"زیادہ تکلیف کے وقت صبر کا دامن ہاتھ سے چھوٹ جاتا ہے، اس لئے آپ کو سنبھالنے کے لئے آئے ہیں۔"

فرمایا: "مجھے امید ہے تمہاری امداد کی ضرورت نہ پڑے گی۔"

اور نہایت استقلال کے ساتھ پاؤں کٹوا دیا۔ پاؤں ٹخنوں سے الگ کیا گیا، تو زبان پر تسبیح و تہلیل تھی، خون بند کرنے کیلئے زخم کو داغا گیا، تو زبان پر تسبیح و تہلیل تھی، خون بند کرنے کیلئے زخم کو داغا گیا، تو تکلیف کی شدت سے بیہوش ہو گئے لیکن جلد ہی ہوش آ گیا اور چہرے کا پسینہ پونچھ کر کٹے ہوئے پاؤں کو منگایا اور دیکھا۔ اس کو الٹا پلٹا اور خطاب فرمایا: "اس ذات کی قسم جس نے تجھ سے میرا بوجھ اٹھوایا، وہ خوب جانتا ہے کہ میں کسی حرام راستے پر گامزن نہیں ہوا۔"

ان حوادث اور مصائب کے باوجود زبان شکوہ و شکایت سے آلودہ نہ ہوئی اور ہمیشہ خدا کا شکر ہی ادا کرتی رہی چنانچہ فرمایا کرتے تھے:

"خدایا، تیرا شکر ہے کہ میرے چار ہاتھ پاؤں میں سے تو نے ایک ہی کو لیا اور تین باقی رکھے اور چار لڑکوں میں سے ایک ہی کو لیا اور تین باقی رکھے اگر تو نے کچھ لیا ہے، تو بہت کچھ باقی رکھا ہے اگر کچھ مصیبت میں مبتلا کیا ہے، تو بہت دنوں عافیت میں بھی رکھ چکا ہے۔"

عروہ کی نگاہ میں دولت دنیا اور چند روزہ عیش و تنعم کی کوئی وقعت نہ تھی۔ انہوں نے خدا سے کبھی دنیا نہیں مانگی۔ ایک مرتبہ امیر معاویہؓ کے زمانے میں عروہ، ان کے بھائی عبداللہؓ اور مصعب بن زبیرؒ اور عبدالملک چاروں آدمی مسجد حرام میں جمع تھے۔ کسی نے تجویز پیش کی، ہم لوگ خدا کے اس گھر میں اپنی اپنی آرزوئیں اپنے خدا کے آگے پیش کریں۔ سب نے اسے پسند کیا۔ عروہ کے بھائی عبداللہؓ نے کہا:

"میری آرزو یہ ہے کہ میں حرم کا بادشاہ ہو جاؤں اور مجھے تخت خلافت ملے۔"

ان کے بعد ان کے دوسرے بھائی مصعب نے کہا: "میری تمنا یہ ہے کہ قریش کی دو حسین عورتیں سکینہ بنت حسین اور عائشہ بنت طلحہؓ میرے عقد میں آ جائیں۔"

ان کے بعد عبدالملک نے کہا:

"میری آرزو یہ ہے کہ میں کل روئے زمین کا بادشاہ ہو جاؤں اور امیر معاویہؓ کا جانشین بنوں۔"

سب سے آخر میں عروہ نے کہا:

"مجھے تمہاری ان خواہشات میں سے کچھ نہیں چاہیے۔ میں دنیا میں زہد اور علم اور آخرت میں کامیابی چاہتا ہوں۔"

خدا نے ان چاروں کی دعا قبول کی۔ ابن زبیرؓ سات برس تک خلیفہ رہے۔ سکینہ اور عائشہ دونوں مصعب کے عقد میں آئیں۔ عبدالملک سندھ سے لے کر اسپین تک فرمانروا ہوا اور امیر معاویہؓ کی قائم کردہ سلطنت کا وارث بنا اور عروہ کو خاصان خدا کا مرتبہ ملا۔

اہل بیتؓ کے شہزادے

حضرت حسینؓ کے صاحبزادے ابوالحسن علی زین العابدینؒ تحمل اور بردباری میں اپنے والد گرامی کے مشابہ تھے۔ زبان کے تیز سے تیز نشتروں کا کبھی اثر نہ لیتے تھے، ناگوار سے ناگوار اور تلخ سے تلخ باتیں سن کر پی جاتے تھے۔ آپ کے تحمل کا یہ اثر ہوتا کہ مسجد سے اٹھ کر آنے لگتے، تو گالی دینے والے روتے ہوئے آپ کے ساتھ ہو جاتے اور کہتے: آپ آئندہ ہماری زبان سے کبھی ایسا کلمہ نہیں سنیں گے جو آپ کو برا لگے۔

اکثر ایسا ہوتا کہ آپ بیہودہ بکنے والوں کی جانب متوجہ ہی نہ ہوتے کبھی جواب دیتے، تو اس طرح کہ کہنے والا خود منفعل ہو جاتا۔ ایک مرتبہ مسجد سے نکلے، راستے میں ایک شخص نے آپ پر گالیوں کی بوچھاڑ کر دی۔ آپ کے غلام اور خدام اس کی طرف لپکے مگر آپ نے روک دیا اور اس شخص سے فرمایا: "جو حالات تم سے مخفی ہیں، وہ اس سے زیادہ ہیں جو تم کہہ رہے ہو، تمہاری کوئی ضرورت ہے جس میں تمہاری مدد کر سکتا ہوں۔" یہ جواب سن کر وہ سخت شرمندہ ہوا۔ آپ نے اپنا کرتہ اتار کر اسے دے دیا اور ایک ہزار درہم سے زیادہ نقد عطا فرمائے۔ اس شخص پر آپ کے اس "حسن انتقام" کا اتنا اثر ہوا کہ بے اختیار اس کی زبان سے نکل گیا: "میں گواہی دیتا ہوں کہ آپ رسول اللہ ﷺ کی اولاد سے ہیں۔"

ایک مرتبہ ایک شخص نے کہا، فلاں شخص آپ کو برا بھلا کہتا ہے۔ آپ اس کو لے کر اس شخص کے پاس پہنچے۔ یہ شخص سمجھا آپ نے اسے اپنے ساتھ مدد کے لئے لیا ہے۔ برا کہنے والے شخص کے پاس پہنچ کر فرمایا: تم نے جو جو میرے بارے میں کہا ہے اگر وہ سچ ہے، تو خدا میری مغفرت فرمائے اور اگر جھوٹ ہے، تو خدا تمہاری مغفرت فرمائے۔

جن کینہ پرور دشمنوں سے آپ کو بڑی بڑی تکلیفیں پہنچی تھیں، موقع ملنے کے بعد انتقام نہ لیتے تھے۔ مدینہ کا گورنر ہشام بن اسماعیل آپ کو اور آپ کے اہل بیت کو سخت اذیت پہنچاتا تھا۔ حضرت علیؓ پر علانیہ سب و شتم کرتا تھا۔ ولید بن عبدالملک نے اپنے زمانے میں سے معزول کر کے حکم دیا کہ اس کو مجمع عام میں کھڑا کیا جائے اور لوگ اس سے اپنا اپنا بدلہ لیں۔ ہشام کا بیان ہے مجھے سب سے زیادہ خطرہ علی بن حسینؓ کی جانب سے تھا مگر انہوں نے اپنے لڑکوں اور حامیوں کو منع کر دیا کہ کوئی شخص مجھ سے تعرض نہ کرے۔ آپ کے صاحبزادے عبداللہ نے عرض کیا: خدا کی قسم! اس نے ہمارے ساتھ بہت برائیں کی ہیں، ہم تو ایسے ہی وقت کا انتظار کر رہے تھے۔

فرمایا: ہم اس کو خدا کے سپرد کرتے ہیں۔

آپ کے اس ارشاد کے بعد ان میں سے کسی نے اس کے متعلق ایک لفظ منہ سے نہ نکالا۔ ہشام پر اس کا اتنا اثر ہوا کہ اس کو زین العابدینؒ کے فضل کا اعتراف کرنا پڑا۔

دیدار الٰہی کا شوق

حضرت صفورا، حضرت موسیٰؑ کی بیوی تھیں۔ وہ حضرت موسیٰؑ کے پاس آئیں اور عرض کیا کہ میری آرزو ہے کہ میں جمال الٰہی کو دیکھوں۔ فرمایا کہ تم نہیں دیکھ سکو گی، ہر چند کہ آپ انکار کرتے تھے لیکن حضرت صفورا کا اصرار بڑھتا جاتا تھا۔ آخر انہوں نے برقعہ اٹھایا۔ جب حضرت صفورا نے جمال الٰہی پر نگاہ ڈالی تو نابینا ہو گئیں۔

بعض روایات کے مطابق تین مرتبہ اور بعض روایات کے مطابق ستر مرتبہ وہ برقعہ اٹھاتی تھیں اور ہر مرتبہ نابینا ہو جاتی تھیں اور ہر دفعہ حضرت موسیٰ کی دعا سے بینائی پاتی تھیں، اس موقع پر غیب سے آواز آئی کہ اے موسیٰؑ! محبت کرنا اس عورت سے سیکھو کہ کتنی مرتبہ نابینا ہوئی لیکن دیدار الٰہی کی خواستگار رہی اور تم ایک ہی مرتبہ میں پکار اٹھے (انی تبت الیک۔ میں تیری طرف توبہ کرتا ہوں) حضرت موسیٰؑ یہ بات سن کر حیرت میں پڑ گئے۔ (لبنیٰ عبدالکریم)

دعا

اگر ریڈیو کی سوئی دن کی روشنی اور رات کی تاریکی میں ہزاروں میل دور کی آواز ہم تک پہنچا سکتی ہے اور اگر سارنگی کے سر سمندروں، پہاڑوں صحراؤں اور پر شور شہروں سے پرے پہنچ سکتے ہیں تو پھر ہمیں یہ یقین کیوں نہیں ہو جاتا کہ خدا بھی ہماری دعائیں سن رہا ہے۔ (ثمینہ یاسمین)

خرید و فروخت میں قسم کھانے سے باز رہو، یہ مال تو بکوا دیتی ہے لیکن پھر اسے مٹا بھی دیتی ہے۔

کالی دُنیا' کالے عامل اور ازلی کالی مشکلات کا زوال اور قرآنی طاقت کا کمال

ترقی یافتہ کے سائنسی دور کے باوجود آخر لوگ پریشان کیوں ہیں؟ پھر پیشہ ور کالے عاملوں کی مکاریں آخر عروج پر کیوں ہیں؟ اس کی وجہ قرآنی کمالات سے لاعلمی اور دوری ہے آیئے ہم آپ کو قرآنی شفاء سے روشناس کرائیں تاکہ آپ کی مایوس کردینے والی مشکلات فوری دور ہوں یقین جانیے ان آزمودہ قرآنی شفاؤں کو آزما کر خودکشی تک پہنچنے والے خوشحالی کی زندگی ہنسی خوشی بسر کر رہے ہیں۔ قارئین انشاءاللہ آپ عبقری کے صفحات میں سورۃ البقرۃ سے لے کر سورۃ الناس تک کے روحانی وظائف و عملیات ملاحظہ فرمائیں گے

سورۃ بقرہ

یہ سورۃ جو کوئی جہاز میں سوار ہو اور جہاز خطرہ میں آ گیا ہو یا کسی شخص کو رات کو رستہ بھولنے یا لٹ جانے کا اندیشہ ہو وہ شخص اس آیت کریمہ کو **اُولٰٓئِکَ عَلٰی ھُدًی مِّنْ رَّبِّھِمْ وَ اُولٰٓئِکَ ھُمُ الْمُفْلِحُوْنَ○** برابر پڑھتا رہے انشاءاللہ تعالیٰ کبھی رستہ نہ بھولے گا اور صحیح سلامت منزل مقصود تک پہنچے گا۔ ایک کسی بچہ یا اسباب یا مکان وغیرہ پر حاسد کی نظر لگ جانے کا اندیشہ ہو تو سات مرتبہ پڑھ کر گلے میں باندھنا یا مکان میں چسپاں کرنا یا سامان کے اندر باندھنا یا پڑھ کر دم کرنا اس آیت کریمہ **ختم اللہ علی قلوبھم وعلی سمعھم وعلی ابصارھم غشاوۃ ولھم عذاب عظیم ○** کا نہایت مجرب اور مفید ہے۔ درحقیقت یہ آیت قلعہ ہے نظر بد سے بچنے کے لئے۔

حاسد دشمن بدگو چغل خور کی زبان

خاصیت: حاسد دشمن بدگو چغل خور کی زبان بند کرنے کے لئے سات دن تک ایک ہزار مرتبہ اس آیت شریفہ کا رات کے اندھیرے میں بیٹھ کر پڑھنا نہایت مفید ہے۔ **فلما اضاءت ما حولہ ذھب اللہ بنورھم وترکھم فی ظلمات لا یبصرون صم بکم عم فھم لا یرجعون ○** مگر ہر مرتبہ آیت کے ختم کے بعد اس دشمن کا جس کی زبان بند کرنی مقصود ہو نام لیا جائے۔ یہ آیت جلالی ہے۔ اس عمل کے درمیان جھوٹ بولنا حرام کا لقمہ کھانا حرام فعل کرنا نہایت مضر ہے پس احتیاط لازم ہے بر رسولاں بلاغ باشد وبلبس۔

ملحوظِ خاص

قرآنی آیات اور احادیث کی اردو عربی تحریر میں اگر کمپوزنگ کی غلطی رہ گئی ہو تو ضرور اطلاع کریں، حتی المقدور کوشش کے باوجود بھی کہیں کمی بیشی ہو سکتی ہے، آپ کے مشکور ہونگے۔ اللہ تعالیٰ ہمیں حق، سچ لکھنے کی توفیق عطا ئے۔

حاسد دشمن بدگو چغل خور کی زبان

خاصیت: **بسم اللہ الرحمن الرحیم مسلمۃ لا شیۃ فیھا** جو پھنسی' ناسور یا اور کوئی زخم اچھی نہ ہوتی ہو اور طبیب اس کے علاج سے عاجز آ گئے ہوں اس آیت شریف کو ایک ہزار گیارہ مرتبہ پڑھ کر اس دوا یا مرہم پر دم کیا جائے جو زخم پر لگائی جائے انشاءاللہ دس روز کے عرصہ میں داغ تک باقی نہ رہے گا۔

بلاوجہ حق دار بن گیا ہو

خاصیت: اگر کسی شخص کے مال یا زمین یا اسباب پر یا آبرو کا ناحق کوئی شخص دعویدار بلاوجہ حق دار بن گیا ہو اور مظلوم اس ظالم کا خیال پھرانا چاہے تب سات دن تک ظہر کی نماز کے بعد **اعوذ باللہ من الشیطان الرجیم ولن یتمنوہ ابدا بما قدمت ایدیھم واللہ علیم بالظلمین** گیارہ سو مرتبہ پڑھ کر بہت دیر تک دشمن کے دفع ہونے کی دعا کرے انشاءاللہ بالضرور کامیاب ہوگا۔

اسباب سامان کم نہ ہوگا

خاصیت: اگر کوئی حاجی یا مسافر اپنا سامان سفر آگے روانہ کرے اور اپنے سامان کے اندر تین مرتبہ یہ آیت شریف لکھ کر رکھ دے تو وہ اسباب سامان کم نہ ہوگا' بجنسہٖ محفوظ ملے گا۔ آیت یہ ہے **وما تقدموا لانفسکم من خیر تجدوہ عند اللہ ان اللہ بما تعملون بصیر.**

موذی یا شیطان روحِ خبیث

خاصیت: اگر کوئی مسلمان اس آیت کریمہ کو کاغذ پر لکھ کر مکان میں چسپاں کرے کوئی موذی یا شیطان روح خبیث اس مکان میں داخل نہ ہوگا۔ آیت یہ ہے: **اولئک ما کان لھم ان یدخلوھا الا خائفین○ لھم فی الدنیا خزی ولھم فی الاخرۃ عذاب عظیم.** ہر ایک قسم کی وبائی امراض یکار' ہیضہ طاعون وغیرہ کے لئے اس آیت کریمہ کا باہر کے دروازہ اور مکان کی اندرونی دیوار پر لکھ کر لگانا بالخاصیت اس مکان کو وبا کے اثر سے بفضلہٖ تعالیٰ محفوظ رکھتا ہے آیت یہ ہے: **بسم اللہ الرحمن الرحیم وللہ المشرق والمغرب فاینما تولو فثم وجہ اللہ ان اللہ واسع علیم.** (جاری ہے)

هاضم خاص

دیسی جڑی بوٹیوں کے نمکیات' مفید ادویات کا بے ضرر مرکب

نواب آف بھوپال آصف جاہ کے شاہی معالج کا تجویز کردہ فارمولہ جس کی اصل حقیقت کچھ یوں ہے کہ جب شاہی دسترخوان رنگا رنگ کھانوں سے سجا ہوا ہو اور ہر کھانا پرتکلف اور شاہی ذائقے اور مہک سے لبریز ہو تو ایسے وقت میں ہاتھ کہاں رک سکتا ہے۔

نوابی مزاج جہاں مشقت بھی نہیں اور میلوں چلنا تو ویسے ناممکن جو کھانے کو ہضم کر دے ایسے حالات میں معدے پر بوجھ کو ختم کرنے اور غذا کو لطیف بنا کر جزو بدن بنانے کے لئے شاہی معالجین نے نہایت عجیب و غریب فارمولہ ایجاد کیا جو خوش ذائقہ بھی اور پراثر بھی۔

بس بالکل تھوڑی مقدار جسم میں فوراً اثر دکھائے اور بوجھل معدہ بوجھل جسم حتیٰ کہ پکڑا ہوا دل فوراً گلاب کی پنکھڑی کی طرح کھل جائے حیرت انگیز بات یہ ہے کہ صدیوں سے ہاضم خاص کو آزمایا جا رہا ہے جس نے بھی استعمال کیا اسی کے لئے موافق۔

اس کو نوابی مزاج بھی استعمال کر سکتے ہیں اور سخت مزاج بھی آج کے دور میں جب جسمانی حرکت نہ ہونے کے برابر رہ جائے تو یہ شاہی چورن بالکل موافق ترین ہے۔

تجربات میں جہاں مندرجہ فوائد اس کے مانے ہوئے ہیں وہاں کولسٹرول' یورک السیڈ' توند کا بڑھنا۔ زبان پر تہہ جم جانا جوڑوں اور بدن کا درد کمر اور پٹھوں کا کھچاؤ اور درد قوامہ میں شاہی چورن نہایت مفید ہے۔

ہاضم خاص امراض معدہ کیلئے مفید و موثر' بدہضمی' اپھارہ' قے' کھٹے ڈکار' سینے اور معدے پر بوجھ' متلی کی شکایت دور کرتا ہے' بھوک بڑھاتا ہے' نظام ہضم کی اصلاح کرتا ہے' سینے کی جلن' معدہ میں گیس تبخیر اور قبض کا بہترین علاج ہے۔ کوئی سائیڈ ایفیکٹ نہیں۔

نوٹ: یہ دوائی ان لوگوں کے لئے خاص طور پر مفید ہے جن کا کام بیٹھنا ہے اور جسمانی حرکت کم ہوتی ہے۔ موٹاپا اور پیٹ بڑھ رہا ہے یا اس کا خطرہ ہے۔ عورتوں اور مردوں کے لئے یکساں مفید ہے حتیٰ کہ اس کے استعمال سے دل کے امراض' ذہنی بوجھ اور الجھن کو بھی فائدہ ہوتا ہے۔ آدھا چمچہ ہر کھانے کے بعد پانی کے ہمراہ۔

قیمت فی پیکٹ: 200 روپے علاوہ ڈاک خرچ

ابھی فون کریں' دوائی آپ کے پاس۔

فون نمبر 042-7552384-0304-4177637

اوقات فون صبح 10 بجے تا شام 5 بجے تک (ناغہ بروز اتوار)

وہ ذلیل ہوا جس نے بڑھاپے میں اپنے والدین کو پایا اور ان کی خدمت کر کے جنت حاصل نہ کی۔

گھریلو کام کاج میں خواتین کی صحت پوشیدہ ہے

گھریلو کام کاج کا نظام فطرت نے رکھا ہی اس لئے ہے کہ گھریلو طور پر عورتیں چوبیس گھنٹے محنت و مشقت میں مصروف رہیں اور ان کا دورانِ خون بہتر انداز سے جاری رہے۔

(ڈاکٹر ناصر محمود اظہر)

زمانے کی گردش نے انسان کے لئے ان گنت سہولتیں اس کے قدموں میں ڈھیر کر دی ہیں۔ نت نئی ایجادات نے اس کی زندگی کو خوابناک کر دیا ہے۔ وہ آسائشیں جس کا انسان کبھی محض تصور ہی کر سکتا تھا آج اس کی محض انگلیوں کی اشارے کی تابع ہیں۔ بٹن دبایا اور سہولت حاضر۔ بلکہ اب تو انسان اس سے ایک قدم اور آگے بڑھ گیا ہے۔ اب اسے اٹھ کر جانے اور بٹن دبانے کی بھی ضرورت نہیں رہ گئی ہے۔ وہیں بستر پر لیٹے لیٹے یا کرسی پر بیٹھے بیٹھے اشارہ کیا اور کرامتیں ظاہر ہونا شروع ہو گئیں۔ یہ ریموٹ کنٹرول کا دور ہے۔ انگلیوں کے ہلکے سے اشارے سے پنکھے چل پڑے، ٹی وی آن ہو گیا اور دروازے کا تالا کھل گیا۔ یہ انسانی زندگی کا پرآسائش دور ہے۔ اس کی کرشماتی سہولتوں کی معراج کا دور ہے۔

> سادہ سا اصول ہے کہ ہم اپنے جس عضو سے کم کام لیں گے، اس کے اندر اتنی ہی طاقت کم ہوگی۔ ہمارا بایاں ہاتھ اسی لئے بے جان سا ہوتا ہے کہ ہم اس کا استعمال کم کرتے ہیں

تاہم ان نعمتوں کا یہ محض ایک پہلو ہے۔ اس کا دوسرا پہلو اس سے بالکل مختلف ہے۔ اس کا یہ پہلو کرب ناک ہے، مادی آسائشوں نے اس کی روحانی مسرتیں اس سے چھین لی ہیں۔ مردوں کی طرح خواتین نے بھی ان آسائشوں سے پورا لطف اٹھایا ہے بلکہ دنیا کی بیشتر آسائشوں کا تعلق تو خاص انہی سے متعلق ہے۔ دور جدید کی اکثر ایجادات مکانوں اور باورچی خانوں ہی سے منسلک ہیں۔ جب سے خواتین نے ان آسائشوں سے فیض اٹھانا شروع کیا ہے، محنت و مشقت کے کام ان سے چھوٹ گئے ہیں۔ دوسری طرف گھر میں خادماؤں اور نوکرانیوں کی خدمت گزاری کی وجہ سے بھی ہماری خواتین کی جسمانی محنت کم سے کم تر ہوتی چلی جا رہی ہے۔ اعلا خوش حال گھرانے یا کم آمدنی والے کنبے سب کے سب جدید سہولتوں اور خادماؤں کی خدمات سے مستفید ہو رہے ہیں۔

چنانچہ عملی محنت کی عادت خواتین میں کم ہوتی جا رہی ہے۔ آٹا گوندھنے، مسالا پیسنے، جھاڑو لگانے، کپڑے دھونے اور برتن چمکانے کی جو مشقت کبھی خواتین کا طرۂ امتیاز ہوتی تھی اب وہ غائب ہوتی جا رہی ہے۔ اس کا نتیجہ یہ نکل رہا ہے کہ خواتین میں بیماریاں کثرت سے پیدا ہو رہی ہیں، وہ موٹی ہو رہی ہیں، ان کا وزن بڑھ رہا ہے۔ شکر کی شکایتیں جنم لے رہی ہیں۔ دل کے امراض حملہ آور ہو رہے ہیں اور تھکن کم ہونے کی وجہ سے ان کی راتوں کی نیندیں غائب ہو رہی ہیں۔ جدید خوش نما زندگی کا یہ دوسرا تاریک روپ ہے۔

عورتوں کے گھریلو کام کاج کا یہ نظام فطرت نے رکھا ہی اس لئے تھا کہ گھریلو طور پر وہ چوبیس گھنٹے محنت و مشقت میں مصروف رہیں اور ان کا دورانِ خون بہتر انداز سے جاری رہے۔ عام طور پر خواتین کو باہر کی دنیا سے اس طرح مطلب نہیں ہوتا جس طرح مردوں کا ہوتا ہے، اس لئے ان کے لئے چھوٹی موٹی بھاگ دوڑ ضروری تھی۔ اب یہ نظام الٹ گیا ہے۔ کہنا یہ چاہئے کہ تیزی سے الٹایا جا رہا ہے اس کے نتیجے میں غذا میں شامل ہونے والی چربی خون میں تحلیل نہیں ہو رہی اور خواتین کو شکر اور بلڈ پریشر کے مسائل درپیش ہیں۔ ظاہر ہے کہ جب جسمانی مشقت ہی نہیں ہوگی تو غذا کے یہ اجزاء بھی کم سے کم تحلیل ہوں گے۔

سادہ سا اصول ہے کہ ہم اپنے جس عضو سے کم کام لیں گے، اس کے اندر اتنی ہی طاقت کم ہوگی۔ ہمارا بایاں ہاتھ اسی لئے بے جان سا ہوتا ہے کہ ہم اس کا استعمال کم کرتے ہیں لیکن وہ افراد جو دائیں ہاتھ کی جگہ اپنے بائیں ہاتھ زیادہ تر کام لیتے ہیں ان کا بایاں ہاتھ دائیں ہاتھ سے زیادہ بوجھ اٹھا لیتا ہے۔ کرکٹ کی دنیا میں کامیاب کھبے کھلاڑی (Left Hand Players) اکثر و بیشتر ہمارے سامنے آتے رہتے ہیں۔

ایک تو پُرسہولت و پُرتعیش اشیاء اور اس پر چھوٹے چھوٹے فاصلوں کے لئے کاروں اور کوچوں کا سفر انسان کے لئے غیر ضروری اجزاء کو نہ صرف جزو بدن نہیں بننے دیتا بلکہ ان کا جسم میں ذخیرہ کرتا رہتا ہے اور یہی ذخیرہ چربی کی صورت میں ہمارے لئے موٹاپے، امراضِ قلب، بلند فشارِ خون، ذیابیطس اور دیگر امراض کا باعث بنتا ہے۔ چنانچہ اسی مثال سے ہم اپنی صحت کی سنگینی کو پرکھ سکتے ہیں۔

بڑے گھرانوں کی خواتین میں کام نہ کرنے اور انہیں خادماؤں کے سپرد کرنے کی ایک وجہ اور بھی ہے یہ خواتین ان گھریلو کاموں کو اپنے لئے کسرِ شان سمجھتی ہیں۔ ان کا خیال ہے کہ جھاڑو پونچھا لگانا اور مصالحہ پیسنا ان کے وقار کے مطابق کام نہیں ہے۔ یہ تو نوکرانیوں اور خادماؤں کی ذمہ داریاں ہیں۔ ان خواتین کا کام تو شاید مسہریوں پر لیٹے رہنا اور ٹی وی دیکھتے رہنا ہے۔ چنانچہ وہ یہ تمام کام اپنی ملازماؤں کے حوالے کر دیتی ہیں اور حاصل شدہ فرصت کو وہ شاپنگ اور کمپیوٹر، ٹی وی سے لطف اندوز ہونے میں صرف کرتی ہیں۔ دوسری طرف انہیں اپنے صحت کی بھی فکر دامن گیر رہتی ہے، اس لئے شام کے اوقات میں وہ جاگنگ کرتی ہیں۔ جاگنگ کرنا فی زمانہ اسٹیٹس کی علامت بن گیا ہے جب کہ گھریلو کام کرنا پس ماندگی کی نشانی قرار پایا ہے۔

> گھریلو کام کاج کی عادت کم ہوتے رہنے کی وجہ سے بیماریاں ہمارے گھروں میں داخل ہو گئی ہیں، معالجوں نے ہمارے گھر دیکھ لئے ہیں

کرکٹ کے کھلاڑی بیٹسمین اگر یہ سوچ کر فیلڈنگ اور بیٹنگ کرنے سے انکار کر دیں کہ یہ کام ان کی حیثیت کے منافی ہیں تو یہ احساس محض ان کی حماقت قرار پائے گا۔ فیلڈر اور بیٹسمین کہلائے ہی اس لئے جاتے ہیں کہ وہ عملی طور پر میدان میں گیندوں کے پیچھے بھاگ رہے ہوتے ہیں۔ چنانچہ اسی مثال پر قیاس کر کے خواتین کو بھی اپنے امور خانہ داری سے اجتناب نہیں برتنا چاہئے۔

اس ضمن میں ایک اور سادہ سی مشق ان کے لئے یہ بھی ہے کہ وہ دن بھر میں کم از کم دو دفعہ سیڑھیاں لازماً اترا چڑھا کریں۔ یہ عمل ان کی صحت کو بہتر کر دے گا۔ اس کی پابندی سے انہیں اچھے نتائج دیکھنے کو ملیں گے۔

گھریلو کام کاج کی عادت کم ہوتے رہنے کی وجہ سے بیماریاں ہمارے گھروں میں داخل ہو گئی ہیں۔ معالجوں نے ہمارے گھر دیکھ لئے ہیں۔ یاد رکھئے! کہ زائد چربی اور شکر ہماری صحت کے بڑے دشمن ہیں۔ ان کی تحلیل کا بہترین حل روز مرہ کی نجی مصروفیات ہیں۔ ہم فطرت سے جتنا دور ہوں گے اتنی ہی پریشانیاں اپنے دامن میں سمیٹیں گے۔

اعداد و شمار کے مطابق اس وقت پاکستان میں 25 سال کی عمر سے زیادہ عمر کے 70 لاکھ افراد ذیابیطس کے مرض میں مبتلا ہیں اور 2025ء تک یہ تعداد بڑھ کر سوا لاکھ سے بھی زیادہ ہو جائے گی۔ چنانچہ اگر گھریلو مشقتوں میں مصروف ہونے کے باعث خواتین اس مرض سے خود کو دور رکھ سکتی ہیں تو یہ سودا مہنگا نہیں ہے۔

آپ کی تحریریں چھپ سکتی ہیں ، اگر !

● کوئی ناقابلِ فراموش واقعہ جس بھی اخبار، رسالہ سے لیں اس کا حوالہ ضرور دیں ورنہ شائع نہ ہوگا۔ ● کاغذ کے ایک طرف لکھیں۔ ● فوٹو کاپی اپنے پاس ضرور رکھیں۔ ● صاف صاف لکھیں۔ ● کالی یا نیلی سیاہی سے لکھیں۔ ● ہر مضمون بڑے سائز کے کاغذ پر رکھیں۔ ● چھوٹی چھوٹی پرچیاں مت بھیجیں۔ ● اپنا نام اور مکمل پتہ ضرور لکھیں۔ ● ہر کاغذ کے اوپر اپنے مضمون کا نام اور صفحہ نمبر ضرور لکھیں۔ ● بہت باریک اور خراب لکھائی نہ ہو۔ ● ایک سطر چھوڑ کر لکھیں۔ ● ہر نئے موضوع کے لئے علیحدہ بڑا کاغذ استعمال کریں۔ ● مستقل سلسلوں کے مضامین ارسال کرتے وقت لفافے کے اوپر مستقل سلسلے کا نام ضرور تحریر کریں۔

نوٹ: روحانی، جسمانی مسائل اور خوابوں کی روشن تعبیر کے خطوط شائع کرتے وقت احتیاطاً نام اور شہروں کے نام تبدیل کر دیئے جاتے ہیں۔

دوائیں صحت یا بیماری

جدید دوائیں:

بہت سی جدید دوائیں اگر لمبی مدت کیلئے استعمال کی جائیں تو جسم میں حیاتین اور معدنی نمک کم ہو جاتے ہیں خصوصاً بچوں اور بوڑھوں اور ان لوگوں میں جو اچھی متوازن غذا نہیں کھاتے یا پرانے بیمار ہوں اس لئے ایسے افراد کو خاص حیاتین اور معدنی نمکیات پر مشتمل غذائیں استعمال کرنی چاہئیں۔

کولچی سین-معدنی تیل:

کولچی سین (Colchicine) نقرس (Gout) کی دوا ہے۔ یہ آنتوں میں غذائیت کے جذب و ہضم میں رکاوٹ ڈالتی ہے۔ معدنی تیل بھی یہی اثر رکھتا ہے۔ اگر چار چائے کے تیچے معدنی تیل روزانہ پیا جائے تو حیاتین 'ڈ' حیاتین 'ک' اور کیروٹین کے جذب و ہضم میں رکاوٹ پڑتی ہے۔

ہائڈرلازین اور آئی این ایچ:

ہائڈرلازین (Hydralazine) ہائی بلڈ پریشر کی دوا ہے اور آئی این ایچ (INH) دق وسل کی دوا ہے۔ ان دونوں کے استعمال سے حیاتین ب ٦ کم ہو جاتی ہیں۔ یہ یا تو اس انزائم کی پیدائش کو روک دیتی ہیں جو حیاتین ب ٦ کو قابلِ ہضم بناتا ہے یا اس حیاتین کا ایک مرکب بنا دیتی ہیں جو جسم سے خارج ہو جاتا ہے۔

مرگی کی مانع تشنج دوائیں:

یہ دوائیں حیاتین 'ڈ' اور فولک ایسڈ میں کمی پیدا کرتی ہیں اس طور پر کہ ان حیاتین کی جلد جلد نکاسی کرتی ہے۔

ذیابیطس کی دوائیں اور اینٹی بایوٹک نیومائی سین:

یہ دوائیں حیاتین ب ١٢ کہ جو خون بناتا ہے، کے جذب میں رکاوٹ ڈالتی ہیں۔

پیشاب آور ادویہ:

پیشاب آور دوائیں پوٹاسیئم کی شدید کمی کرتی ہیں۔ قلب کے مریض جو ڈجی ٹیلس (Digitalis) استعمال کرتے ہیں اگر ان کی پوٹاسیم پوری نہ کی جائے تو ان کے قلب کو نقصان پہنچتا ہے۔ جو لوگ باقاعدہ پیشاب آور دوائیں استعمال کرتے ہیں وہ ایسی غذائیں استعمال کریں جن میں پوٹاسیم پائی جاتی ہے مثلاً ٹماٹر، ٹماٹر کا رس، نارنگی، مالٹا، کینو اور اس کا رس، خشک خوبانی، نارنگی کے رنگ کے گودے والا خربوزہ (کینٹ لوپ) انجیر، کشمش، کیلے، تازہ یا خشک آلو بخارہ، آلو اور شکر قند۔

منصوبہ بندی کی گولیاں:

یہ گولیاں بعض حیاتین اور خاص طور پر فولک ایسڈ اور حیاتین ب٦ کو خون میں کم کر دیتی ہیں اگر ایسی خواتین صحیح طور پر متوازن غذا استعمال نہیں کرتیں تو ان میں فولیٹ کی کمی ہو جاتی ہے۔ اس کیلئے ہرے پتوں والی سبزیاں استعمال کرنی چاہئیں۔

چند عام ہدایات:

☆ اگر حیاتین اور معدنی نمکوں کی کمی پوری کرنی ہو تو ان کے ضمیمے (سپلی مینٹس) استعمال کرنے سے بہتر یہ ہوگا کہ آپ حیاتین اور معدنی نمکوں والی غذائیں استعمال کریں۔

☆ دواؤں کے لیبل پڑھیں اور اپنے معالج سے بھی غذا کے بارے میں ہدایات لیں۔ ☆ معالج کی ہدایت پر عمل کریں۔

☆ اگر کسی غذا کے بعد کوئی خاص علامت سامنے آتی ہے تو فوراً معالج سے ضرور مشورہ کریں۔

انگریز کی ٹانگ بچ گئی

ناقابل فراموش

مسٹر ڈیولن محکمہ آب کاری (ایکسائز) کے مہتمم تھے۔ اردو نوشت وخواند پر انہیں عبور حاصل تھا۔ یار باش اور مہم پسند۔ انسان کی حیثیت سے لوگ ان کے بڑے گرویدہ تھے۔ دسمبر کی پندرہ تاریخ سے ۸ جنوری تک وہ شہر سے باہر کسی ندی یا جھیل کے کنارے خیموں کی ایک مختصر بستی آباد کر لیتے تھے۔ صبح سے شام تک دفتری امور نمٹانے کے بعد بقیہ وقت اسی شغل میں گزارتے۔ ان کے یار احباب جن میں اکثریت مسلمانوں کی ہوتی تھی سیر و شکار میں مصروف رہتے تھے۔ رات دیر گئے تک بڑے خیمے میں محفل جمتی۔ گرم گرم کافی کے پیالے خشک میوے اور ہرن کے کباب اڑا کر سردی کا مقابلہ کیا جاتا۔ قصے کہانیوں کا سلسلہ چھڑتا اور لطیفے اور قہقہے رات کے سناٹے کو توڑتے رہتے۔ ایک روز علاج معالجوں کے واقعات کا سلسلہ چھڑا مسٹر ڈیولن نے اپنی مریضانہ زندگی کا ایک عجیب واقعہ سنایا۔ انہوں نے بتایا کہ کئی سال پہلے ان کا تبادلہ ضلع عادل آباد ہو گیا۔ یہ ضلع گھنے جنگلات اور جنگلی جانوروں کی کثرت کے علاوہ گونڈ قبائل کا علاقہ تھا۔ سرکاری ملازمین یہاں شہری سہولتوں کے فقدان کی وجہ سے جاتے ہوئے کتراتے تھے۔ مسٹر ڈیولن کے لئے تبادلے کا حکم نوید مسرت ثابت ہوا۔ کیونکہ ایک شکاری کی حیثیت سے وہ بھی اسے شکاریوں کی جنت سمجھتے تھے۔ وہ ایک روز بارہ بور کی مدد لے کر ڈنر کے لئے تیتر شکار کرنے نکلے۔ جنگل ان کے بنگلے سے بالکل لگا ہوا تھا۔ وہ اکثر سر مغرب ایک آدھ گھنٹے کی تگ و دو کے بعد ١٠-١٢ تیتر شکار کر لیتے تھے اس روز بھی انہوں نے روز کی طرح چھروں والے کارتوس ساتھ رکھے تھے۔ تیتروں کی آہٹ پر کروہ چوکس ہو گئے اور انہوں نے ان پر فائر کھول دیا' لیکن دوسرے لمحے قریب کی جھاڑیوں میں چھپا ایک میندوا مشتعل ہو کر ان پر ٹوٹ پڑا اور ان کی پنڈلی چبا کر بھاگ گیا۔ انہوں نے گھر پہنچ کر فوراً سول سرجن کو گاڑی بھیج کر بلوایا۔ ڈاکٹر نے ضروری مرہم پٹی کر دی۔ اس کی رائے میں زخم معمولی تھا۔ دوا اور علاج کا سلسلہ چلتا رہا لیکن مسٹر ڈیولن کا یہ زخم اچھا ہونے کے بجائے بگڑتا گیا۔ ڈاکٹر کے مشورے سے وہ شہر چلے گئے اور بڑے بڑے دیسی اور بدیسی ڈاکٹروں سے ناکام علاج کروا کر بالآخر اپنے مستقر لوٹ آئے۔ انہیں یقین ہو گیا تھا کہ اب پیر کٹوا ڈالنے کے سوا کوئی چارہ نہیں ہے۔

ضروری کام نمٹا کر وہ اس غرض سے طویل رخصت پر جانے والے تھے۔ اسی دوران ضروری سرکاری کام کے سلسلے میں انہیں ایک تحصیل کے دورے پر جانا پڑا۔ یہ انتہائی گھنے جنگلات کا علاقہ تھا۔ ڈاک بنگلے میں دن بھر کام کرنے کے بعد وہ اپنے کتے کے ساتھ سامنے واقع پہاڑی پر چلے گئے۔ اتنے میں انہوں نے آہٹ سنی ایک ہندو جوگی گھنے جنگل میں سے برآمد ہوا۔ مسٹر ڈیولن کو اس نے سلام کیا اور کھڑا ہو گیا۔ انہوں نے اس کا اتا پتا پوچھا تو اس نے بتایا کہ وہ معالج ہے اور جنگل و کہسار میں گھومتا اور جڑی بوٹیاں جمع کرتا رہتا ہے۔ اس نے مسٹر ڈیولن سے ان کی پٹیوں میں جکڑی ٹانگ کے بارے میں پوچھا۔ انہوں نے اسے ساری کتھا سنا دی اور پوچھا کہ کیا وہ ان کی ٹانگ کو کٹنے سے بچا سکتا ہے؟ جوگی نے بتایا کہ وہ اس زخم کا علاج کر سکتا ہے' لیکن علاج خاصا ناگوار قسم کا ہے اگر وہ اس کے لئے تیار ہیں تو وہ کل صبح دوا تیار کر کے لے آئے گا۔ اپنے پیر کی سلامتی کے لئے متفکر مسٹر ڈیولن نے علاج کی حامی بھر لی اور جوگی اگلی صبح آنے کا وعدہ کر کے وادی میں آبادی گاؤں کی جانب چلا گیا۔ صبح وہ اپنے ساتھ مٹی کی ایک ہانڈی لے کر آیا۔ اس میں انتہائی بدبودار لیپ تھا۔ مسٹر ڈیولن کی پٹی کھول کر اس نے یہ گاڑھا لیپ زخم پر تھوپ دیا اور کپڑا رکھ کر پٹی لپیٹ دی جوگی نے بتایا وہ تیسرے دن تڑکے آئے گا' اس وقت تک پٹی ہرگز نہ کھولی جائے۔ مسٹر ڈیولن نے بڑے صبر کے ساتھ اس گرم اور بدبودار لیپ کو برداشت کیا۔ اس عرصے میں زخم کی کھولن وغیرہ ختم ہو گئی۔ تیسرے روز جوگی نے آ کر پٹی کھولی تو لیپ کی تہہ پر مواد اور گلی سڑی جلد وغیرہ لگی ہوئی تھی اور زخم مندمل ہونے کے آثار پیدا ہو گئے تھے۔ جوگی نے گائے کے دھلے ہوئے مکھن میں کافور کتھا سفید اور مردار سنگ جیسی دوائیں شامل کر کے ایک مرہم بنا دیا اور اسے لگاتے رہنے کی ہدایت کی مسٹر ڈیولن کے اصرار پر اس نے لیپ کا نسخہ بھی بتا دیا جو یہ بقول اس کے صرف کتوں کا پرانا فضلہ تھا۔ اس نے پانی میں اسی کو پکا کر بہ طور لیپ لگایا تھا۔ خدا جانے اس میں تیندوے کے دانتوں سے ہونے والے زہریلے زخم کو مندمل کرنے کی کیا صلاحیت تھی کہ مہینوں سے پریشان مسٹر ڈیولن تین روز کے اندر ہی شفایاب ہونے لگے اور یوں ایک انگریز کی ٹانگ کٹنے سے بچ گئی۔ (یوسف خان۔ کراچی)

موسم سرما الرجی اور دائمی نزلے کا آزمودہ علاج

حکیم محمد طارق محمود عبقری مجذوبی چغتائی

پاکستان کے بالائی علاقے خاص طور پر اسلام آباد اور اس سے اوپر کے تمام پہاڑی علاقوں میں توت کا درخت الرجی کا سبب ہے حکومت اپنی تمام کوششوں کے باوجود اس درخت کو جڑ سے اکھاڑ نہیں سکی ایک درخت کاٹنے کے بعد اور کئی درخت نمودار ہو جاتے ہیں کیا الرجی کا یہی ایک سبب ہے ہرگز نہیں بلکہ الرجی کے اسباب بے شمار ہیں ہماری موجودہ مصنوعی زندگی جس میں بند گھر غیر روشن اور تاریک کمرے کارپٹ مصنوعی غذائیں اور مشروبات اور پرفیوم وغیرہ شامل ہیں۔

میرا تجربہ ہے دیہات سے زیادہ شہر میں الرجی کہیں زیادہ ہے آخر آلودگی بھی تو اپنا اثر کرتی ہے۔ اب سوچنے کی بات یہ ہے کہ آخر موسم سرما میں الرجی اور نزلہ کا علاج کیسے ممکن ہے اور وہ کونسے طریقے ہیں جن کو اپنا کر ہم الرجی اور نزلے سے بچ سکیں۔ یاد رکھیے ایسی غذائیں جو موسم سرما میں ان دو بیماریوں کا سبب بنتی ہیں ان سے ضرور بچا جائے کھٹی ٹھنڈی اور بادی چیزوں کا استعمال یقیناً ان مریضوں کے لئے بہت نقصان دہ ہے دوران سفر ٹھنڈی ہوا کسی تقریب میں ایسی غذاؤں کا استعمال جو آپ کے مرض میں اضافے کا ذریعے بنے بالکل استعمال نہ کریں انٹی الرجی گولیاں کھا کر ہم مرض کو وقتی طور پر دبا دیتے ہیں۔

لیکن یہ اندر ہی اندر بڑھتا اور پھیلتا رہتا ہے حتیٰ کہ بعض اوقات وہ اتنا بڑھ جاتا ہے کہ دمہ اور دائمی سانس کی تنگی' سانس کا پھولنا نیند کی کمی ٹینشن اور بے چینی کا ذریعہ بن جاتا ہے بعض لوگوں کو یہ اثر دائمی کھانسی خشک یا دائمی کھانسی بلغم کے ساتھ شروع ہو جاتی ہے۔ قارئین مرض دبائیں مت بلکہ اس کے اندر رہنے کی نسبت اس کا باہر نکلنا بہتر ہے۔ آج عالمی سطح پر جہاں صاف پانی کا فقدان ہے وہاں الرجی اور مزمن نزلہ بہت زیادہ ہے۔

وینس کے عظیم سائنس دان ولر اسمتھ کے بقول بعض بیماریوں کو بالکل معمولی سمجھ کر نظر انداز کر دیا جاتا ہے لیکن وہ امراض دراصل معمولی نہیں ہوتے بلکہ ان کے مابعد اثرات عام بیماریوں سے بھی کہیں زیادہ خطرناک ہوتے ہیں ولر اسمتھ مزید کہتے ہیں کہ میری معالجانہ زندگی میں اکثر تجربات میں یہ بات بار بار آئی ہے کہ میں نے پھیپھڑوں' گلے' گلینڈز اور ناک کے کینسر کے مریضوں کی ستر فیصد وجہ دراصل الرجی اور دائمی نزلہ پائی ہے اور موسم سرما میں اس کا حملہ زیادہ ہوتا ہے۔ وہ اس لئے کہ مرطوب اور بھاری ہوا کی وجہ سے جراثیم کو مزید پھلنے پھولنے کا موقع ملتا ہے دھوپ کی کمی نم دار فضائیں ان جراثیموں کے لئے موزوں ترین جگہیں ہیں۔

کیونکہ گرما کے موسم میں دھوپ اور تمازت تیز ہوتی ہے اس لئے جراثیم یا تو ختم ہو جاتے ہیں یا پھر انہیں بڑھنے کا موقع نہیں ملتا۔ آیئے یہ دیکھیں کہ ہم ان بیماریوں سے کیسے نجات حاصل کریں ایک صاحب پرانی الرجی میں مبتلا تھے اور دائمی نزلہ اس کی ابتداء تھا میں نے انہیں مشورہ دیا کہ وہ روغن زیتون سوتے وقت ناک میں چند قطرے دونوں نتھنوں میں ڈالیں اور زور سے اوپر کھینچے چند روز ایسا کرنے سے انہیں بہت فائدہ ہوا اور یہ ٹوٹکہ بار بار آزمودہ ہے۔

اگر آپ کسی پرانی الرجی اور الرجی کے دمے میں مبتلا ہیں یا پرانے نزلے ناک کا مستقل بند ہونا رات کو نیند میں اس کی وجہ سے خلل پڑنا جیسی بیماریوں میں مبتلا ہیں تو آپ اگر مندرجہ ذیل ترکیب آزمائیں تو انشاء اللہ زندگی بھر کیلئے یہ بیماریاں ختم ہو جائیں گی۔ ہاں مستقل مزاجی سے کچھ عرصہ ادویات استعمال ضرور کریں جلدی ہرگز نہ کریں۔ اطریفل اسطخدوس کسی اچھے دواخانے کی بنی ہوئی ایک چمچہ چھوٹا ایک گرم پانی کے کپ میں گھول لیں اور تھوڑا تھوڑا کر کے پی لیں دن میں تین بار یا کم از کم 2 بار صبح و شام مزید استعمال کریں انشاء اللہ تعالیٰ پرانی الرجی اور پرانے نزلے کا اکیسری علاج ہے۔

ھوالشافی: پودینہ خشک اجوائن دیسی دونوں ہم وزن کوٹ کر سفوف تیار کریں اور آدھا چمچ دن میں تین بار پانی یا چائے کے ہمراہ استعمال کریں کچھ عرصہ کے استعمال سے انشاء اللہ مرض بالکل ختم ہو جائے گا۔ موسم سرما میں یہ مرض بالکل بڑھ نہیں سکتا اگر ٹھنڈک سے احتیاط اور مذکورہ بالا ادویات کچھ عرصہ مستقل استعمال کر لی جائیں۔

کیا علم چھپانا ثوابِ عظیم ہے؟ ایسا نہیں تو پھر نسخے' فارمولے' وظائف' عملیات اور تعویذات کو چھپا کر قبر میں آخر لوگ کیوں لے جاتے ہیں؟ ہاں! تمام انگلیاں برابر نہیں' مخلص بھی اس دنیا میں موجود ہیں۔

خوشخبری

بندہ کے پاس لوگ وظائف' عملیات یا طب و حکمت سیکھنے کی خواہش رکھتے ہیں' بندہ کے پاس جو کچھ ہے اپنا نہیں اللہ تعالیٰ کی امانت ہے لہٰذا جو فرد سیکھنا چاہے عام اجازت ہے۔ چونکہ بندہ کی زندگی مصروف ہے اس لئے پہلے اوقات کا تعین کر کے ملاقات کریں' پھر چاہے گھر بیٹھے بھی سکتے ہیں۔ خط و کتابت کے ذریعے سیکھنا ممکن نہیں۔ بندہ خلوص دل سے ہر روحانی اور جسمانی راہنمائی کرے گا۔

فقط بندہ حکیم محمد طارق محمود عبقری مجذوبی چغتائی

طب نبویؐ ہیر آئل

☆ 100 فیصد قدرتی نبویؐ جڑی بوٹیوں سے تیار شدہ۔ ☆ چند دنوں میں بال گرنا بند۔ ☆ مسلسل استعمال سے بالوں کے مسائل ہمیشہ کیلئے ختم ☆ طب نبویؐ ہیر آئل گھنے سیاہ اور مضبوط بالوں کے لئے مستند علاج۔ ☆ دماغ اور نظر کی طاقت میں بے مثال۔

☆ بالوں کو قدرتی سیاہ چمک دیتا ہے ☆ نئے بال اگاتا ہے ☆ خشکی سکری کا خاتمہ کرتا ہے ☆ ٹوٹتے جھڑتے کمزور بالوں کے لئے واحد سہارا ☆ بالوں کو لمبا اور ان کی جڑوں کو مضبوط کرتا ہے ☆ ٹینشن اور ڈیپریشن کے ماروں کے لئے پرسکون اور تازہ دم رہے گا فارمولہ طب نبویؐ ہیر آئل۔

قیمت: 300 روپے علاوہ ڈاک خرچ۔

ابھی فون کریں' دوائی آپ کے پاس۔

فون نمبر 042-7552384-0304-4177637

اوقات فون صبح 10 بجے تا شام 5 بجے تک (ناغہ بروز اتوار)

صرف پوشیدہ امراض میں مبتلا بہنوں کے نام:

خواتین کا عالمی مرض لیکوریا جب شروع ہو جاتا ہے تو پھر جسم آہستہ آہستہ گھلتا ہے' جوانی ڈھلتی ہے اور جسم کی کیفیت بدلتی ہے حتیٰ کہ صرف لیکوریا کی وجہ سے گھروں کا سکون' بے چینی اور گھریلو جھگڑوں میں بدل جاتی ہے کیونکہ لیکوریا یعنی سفید بدبودار پانی کی وجہ سے قوت برداشت' تحمل اور بردباری ختم ہو کر غصہ میں بڑھ جاتا ہے پھر گھر جہنم کا نمونہ بن جاتا ہے۔

اس لیکوریا کی وجہ سے بے اولادی' کمر و پنڈلیوں کا درد' عام جسمانی کمزوری' سانس کا پھولنا' جسم کا ہر وقت دکھتے رہنا پھر کچھ عرصہ بعد جسم پھولنا شروع ہو جاتا ہے۔ حسن و شباب ختم ہو جاتا ہے۔ چہرے پر داغ دھبے اور نشان پڑ جاتے ہیں۔ طبعیت بے ذوق' جسم ویران' نہ کھانے کو دل' نہ زندگی کی خوشی اور چڑچڑاپن ہر وقت سوار رہتا ہے۔

اگر بہنیں صرف لیکوریا' اندرونی ورم اور سوزش کا علاج کر لیں تو زندگی کی کیفیت بدل جاتی ہے۔ پرانے سے پرانے لیکوریا اور سوزش ورم کا موثر جڑی بوٹیوں سے علاج جس کا کوئی سائیڈ ایفیکٹ نہیں۔ اپنی غذاؤں میں مصنوعی' بیکری اور مصالحہ دار تلی ہوئی چیزوں سے گریز کریں۔

ایک فون کریں' دوائی آپ کے پاس۔

قیمت 500 روپے علاوہ ڈاک خرچ

ابھی فون کریں' دوائی آپ کے پاس۔

فون نمبر 042-7552384-0304-4177637

اوقات فون صبح 10 بجے تا شام 5 بجے تک (ناغہ بروز اتوار)

خونی رشتوں سے تعلق قطع کرنے والا جنت میں داخل نہیں ہوگا۔

محمد عبدالمجید صدیقی

نومولود کے کان میں اذان دینے کی حکمت اور سائنسی ریسرچ

آج کل کے دور میں عقل کو خدا سمجھ لیا گیا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ جب نا سمجھ لوگ بچے کے کان میں کسی کو اذان دیتا دیکھیں تو اس کا مذاق اڑانے لگتے ہیں۔ ۲۷ اپریل ۱۹۶۸ء کے روزنامہ ''مشرق'' میں یہ خبر شائع ہوئی تھی کہ ملک کے ایک معروف مزاحیہ اداکار نے اپنے نومولود بچے کے کان میں مرغ سے بانگ (اذان) دلوائی تھی۔ اس غریب کو شاید معلوم نہیں تھا کہ شریعت مطہرہ کا کوئی حکم بلا حکمت اور بلا جواز نہیں ہوتا۔

قرآن مجید میں جہاں جہاں دیکھنے اور سننے کا ذکر ہے' وہاں سماعت (سننے) کا پہلے اور بصارت (دیکھنے) کا ذکر بعد میں آیا ہے۔ اب تو علم جنین بڑی ترقی کر چکا ہے اور شکم مادر میں بچے کی نشوونما کا کامیاب مشاہدہ کر لیا گیا ہے۔

تحقیق سے معلوم ہوا ہے کہ بچے کے کان پانچویں اور آنکھیں ساتویں مہینے میں تشکیل پاتی ہیں۔ بچہ اس وقت باہر کی آوازیں سن کر ان کی طرف متوجہ ہونے لگتا ہے جبکہ اس کی آنکھیں ابھی مندی (بند) ہوتی ہیں۔ جو بچے قبل از وقت پیدا ہو جائیں' ان کی عمر کا اندازہ اس بات سے بھی لگایا جا سکتا ہے کہ اس کی آنکھیں بند ہیں یا کھلی۔ جو بچہ اکیس بائیس ہفتے کا ہو' اس کی آنکھیں مندی ہوتی ہیں تاہم آواز سن کر وہ اپنا ردعمل ظاہر کرتا ہے۔

اللہ تعالیٰ سورۂ بقر آیت ۱۸ میں فرماتا ہے: ''بہرے گونگے اور اندھے ہیں پس وہ حق کی طرف نہیں لوٹتے۔''

اس آیت میں بھی پہلے کان کا ذکر ہے پھر منہ کا اور پھر آنکھ کا (یعنی پہلے سننا' پھر بولنا اور پھر دیکھنا) یہ دیکھئے کہ قرآن مجید قدم قدم پر اپنی حقانیت کا ثبوت فراہم کر رہا ہے۔

چند سال قبل میں کراچی گیا۔ بعد نماز مغرب مسجد میں چار عمر رسیدہ باریش بزرگ میرے پاس آئے اور دریافت کیا کہ آپ کہاں سے آئے ہیں اور کیوں آئے ہیں؟ میں نے بتا دیا کہ فلاں کام سے آیا ہوں۔

باتوں باتوں میں ایک صاحب فرمانے لگے: ''اب ہم نماز جنازہ سے قبل اذان دینے لگے ہیں؟''

یہ سن کر مجھے سخت حیرت ہوئی۔ میں نے ان سے کہا ''سوا چودہ سو سال میں اربوں مسلمان اس دنیا میں آئے اور چلے گئے۔ ان میں سے کسی کی بھی نماز جنازہ سے پہلے اذان نہیں دی گئی۔ ان کا کیا بنے گا؟''

یہ سن کر وہ لاجواب ہو گئے اور کہنے لگے ''حال ہی میں بخاری شریف کی ایک شرح آئی ہے' اس میں تحریر ہے کہ نماز جنازہ سے پہلے اذان دینی چاہیے۔''

مجھے غصہ آرہا تھا مگر میں نے ان کا احترام کیا اور کہا ''حضرت! دین مکمل ہو چکا ہے۔ اب احکامات دین پر عمل کرنے کی ضرورت ہے' ان میں ترمیم و تنسیخ کی قطعاً گنجائش نہیں۔ اس طرح کلی پھندنے لگانے ہی کو بدعت کہا گیا ہے جو سخت گناہ ہے۔''

میں نے پھر ان حضرات سے کہا: ''آپ لوگ بات غور سے سنئے' ماشاء اللہ آپ سب پانچوں وقت نماز پڑھنے مسجد میں تشریف لاتے ہیں۔ پہلے موذن اذان دیتا ہے۔ اس کے پندرہ بیس منٹ بعد اقامت ہوتی ہے اور پھر اللہ اکبر کہہ کر امام نماز شروع کر دیتا ہے۔ ہر مسجد میں ہر روز پانچ مرتبہ یہی عمل دہرایا جاتا ہے۔ یہ بتایئے کہ آپ سب نے نومولود بچے کے کانوں میں اذان ضرور دی ہوگی؟''

ایک صاحب نے فرمایا: ''ہاں دائیں کان میں اذان اور بائیں کان میں اقامت کہتے ہیں۔ ہم درجنوں نوزائیدہ بچوں کے کانوں میں اذان دے چکے ہیں۔''

میں نے دریافت کیا: ''بچے کے کانوں میں آپ نے اذان اور اقامت کہنے کے بعد نماز کبھی پڑھی؟

میں نے سوال کیا ''مسجد میں روزانہ اذان کے چند منٹ بعد اقامت اور پھر نماز ہوتی ہے۔ آپ نے بچے کے کان میں اذان دی' اقامت بھی کہی پھر کیا وجہ کہ نماز نہیں پڑھی؟

اس پر وہ سب خاموش رہے۔ میں نے انہیں خاموش دیکھ کر کہا ''بزرگو! وہ نماز انسان کی موت کے بعد نماز جنازہ کی شکل میں پڑھی جاتی ہے۔ نماز جنازہ کی اذان اور اقامت اس وقت کہی جا چکی ہوتی ہے جب بچہ اپنی ماں کی آغوش میں تھا۔ پس نماز جنازہ سے قبل اذان اور اقامت پڑھنے کی قطعاً ضرورت نہیں۔ پھر بھی جو ایسا کرے وہ بدعتی ہے۔''

''دنیا میں انسان عام طور پر پچاس ساٹھ برس زندہ رہتا ہے جو آخرت کے چند منٹ کے برابر ہے۔ سورۂ حج کی آیت نمبر 47 کا ترجمہ ہے: ''تیرے رب کے ہاں ایک دن ہزار برس کے برابر ہوتا ہے جو تم گنتے ہو۔'' یہ ہے ہماری عمر کی حقیقت یعنی اذان اور اقامت کے درمیان مختصر وقفہ! شاعر نے اسی بات کو سیدھے سادے شعر میں یوں بیان کیا ہے:

آتے ہوئے اذاں ہوئی' جاتے ہوئے نماز
اتنے قلیل وقت میں آئے' چلے گئے

''اب آپ حضرات مجھ سے پوچھ سکتے ہیں کہ نومولود اس عمر میں تو کچھ سمجھتا نہیں پھر اس کے کان میں اذان دینے کی کیا حکمت ہے؟

''سنئے! اس سلسلے میں حضرت امام غزالیؒ نے فرمایا ہے کہ بچے کا دل تختی کے مانند ہوتا ہے۔ اس لئے جب وہ پہلی بار دائیں کان میں اذان اور بائیں کان میں اقامت سنتا ہے' تو یہ الفاظ اس کے دل پر ثبت ہو جاتے ہیں۔ شعور کی عمر پہنچنے پر وہ الفاظ اس کی رہنمائی کرتے ہیں بشرطیکہ ماحول کی وجہ سے بچے کا ذہن پست نہ ہو گیا ہو۔ نوزائیدہ مسلمان بچے کے کان میں اذان دینے کی حکمت یہی ہے حالانکہ بظاہر اس عمر میں وہ کچھ نہیں سمجھتا۔

''سابق سوویت یونین کے سائنس دانوں نے تحقیق کے بعد اس اصول کو درست پایا تھا۔ سننے میں آیا ہے کہ پھر وہ نوزائیدہ روسی بچوں کے کان میں اشتراکی مینی فیسٹو (آئین اور اصول) دہرانے لگے تاکہ وہ اس کے دل میں ثبت ہو جائے اور بڑا ہو کر وہ اچھا کمیونسٹ اور کامریڈ بنے۔''

میں نے مضمون کے شروع میں تحریر کیا ہے کہ بچہ بطن مادر میں سننے لگتا ہے' اس لئے بزرگوں نے فرمایا ہے کہ حاملہ جس ماحول میں رہتی ہے' بچے پر اس کا اثر پڑتا ہے اچھے ماحول کا اچھا اور برے ماحول کا برا اثر! تحقیقات نے ثابت کر دیا ہے کہ بچے کیلئے بطن مادر کی زندگی ہی حد درجہ اہمیت کی حامل ہوتی ہے۔

جاپانیوں نے یہ نکتہ خوب سمجھا۔ وہ شکم مادر میں بچے کی پرورش والے دور کو بہت اہمیت دیتے ہیں۔ اسی لئے بچے کی عمر میں ۲۸۰ (۹ ماہ دس دن) کا اضافہ کر دیتے ہیں۔ جاپان میں بچے کی اصل عمر حمل قرار پانے والے دن سے شروع ہوتی ہے۔ ہم پیدائش کے دن سے بچے کی عمر شمار کرتے ہیں۔

ہم حاملہ کی غذا کی طرف خاص توجہ دیتے ہیں حالانکہ بچہ کی صحت کا بھی خاص دھیان رکھنا چاہیے خود شریعت نے اس سلسلے میں مخصوص احکامات صادر فرمائے ہیں جن پر عمل کرنا ضروری ہے۔

میری بات سمجھ کر ان چاروں بزرگوں نے فرمایا: آپ نے نہایت وضاحت کے ساتھ ہر مسئلہ سمجھایا ہے اب نماز جنازہ سے قبل اذان نہیں دیں گے۔

یہ سن کر میں نے اللہ تعالیٰ کا شکر ادا کیا' میری گفتگو سے وہ راہ راست پر آگئے ہیں۔ (بحوالہ اردو ڈائجسٹ)

قیمتی رائے کا انتظار

معزز قارئین یہ رسالہ آپ کا اپنا ہے، کیا آپ کوئی ایسا کام کرنا چاہتے ہیں جس سے مخلوقِ خدا کو نفع ہو، یقیناً آپ کا جواب 'ہاں' ہی ہوگا، تو پھر ماہنامہ عبقری کے صفحات پر اپنی توجہ مرکوز کیجئے، آپ نے ضرور محسوس کیا ہوگا کہ یہ رسالہ سراسر مخلوقِ خدا کے لئے نفع رساں ہے، آیئے آپ بھی اپنا حصہ ملایئے، آپ اپنی قیمتی آراء جو اس رسالے کی بہتری میں ہماری مددگار ثابت ہو سکیں ہمیں ضرور ارسال کریں، تاکہ اس رسالے کو ایک معیاری بنا کر مخلوقِ خدا کے روحانی، جسمانی اور نفسیاتی مسائل کے حل کا ٹھیک خادم ثابت کیا جا سکے۔

جنات سے سچی ملاقاتیں

گزشتہ سے پیوستہ

وہاں مچھر بہت تھے اور میں نے والدہ سے کہا تھا کہ وہ خود کو اچھی طرح مچھر دانی سے ڈھانک لیں۔ رات کے کوئی دو بجے ہوں گے جب میں نے ایک چیخ سنی میں گہری نیند سے بیدار ہوگیا کچھ دیر تک میرے اوسان بحال نہ ہوئے پھر کھانے کے کمرے سے کچھ عجیب آوازیں آئیں۔ دراصل میری والدہ کچھ کہنا چاہتی تھیں۔ لیکن ان کی زبان سے الفاظ نہیں نکل رہے تھے۔ اس وقت تک میری بیوی حسن آرا بھی جاگ چکی تھی میں بستر سے نکلا اور بھاگتا ہوا کھانے کے کمرے کے اندر داخل ہوگیا۔ کمرے میں روشنی تھی حالانکہ مجھے اچھی طرح یاد ہے کہ میں نے والدہ کو شب بخیر کہنے کے بعد بلب بجھا دیا تھا۔ وہ اپنے بستر میں بیٹھی ہوئی تھیں اور مچھر دانی اب تک ان کے گرد لپٹی ہوئی تھی۔ حسن آرا نے بھی بچے کو مچھر دانی میں لپیٹ کر وہیں چھوڑا اور بھاگتی ہوئی میرے پیچھے آگئی ہمیں والدہ کو دلاسا دینے میں کچھ وقت لگا اور پھر ہم نے ان سے پوچھا کہ وہ آخر کس چیز سے اس قدر خوف زدہ ہوگئی تھیں؟ وہ کہنے لگیں "میں گہری نیند سو رہی تھی کہ میں نے روشنی جلائے جانےکی آواز سنی۔ میں جاگی تو دیکھا ایک انگریز جوڑا میرے بستر کی پائنتی پر کھڑا ہے۔ مرد سوٹ اور ہیٹ پہنے ہوئے کھڑا تھا اس کے داہنے ہاتھ میں چھڑی تھی جبکہ بایاں ہاتھ غائب تھا بس خالی آستین لٹک رہی تھی۔ عورت شب خوابی کے ایک لمبے لبادے کے علاوہ جھالردار بڑا عجیب سا ہیٹ پہنے ہوئے تھی پہلے تو میں سمجھی کہ غالباً وہ لوگ اسی ڈاک بنگلے میں ٹھہرے ہوئے ہیں اور گھوم پھر کر واپس آئے ہیں۔ عورت نے اپنا ہاتھ مچھر دانی کے اندر ڈالا میرا پیر پکڑ کر ہلایا اور بولی تم یہاں کیوں سو رہی ہو؟ کیا یہ کوئی خوابگاہ ہے؟ یہ سونے کہ جگہ نہیں۔ نکلو یہاں سے بھاگو یہاں سے۔ اس کا لہجہ بڑا کرخت اور درشت تھا اور وہ انگریزی میں ہندوستانی بول رہی تھی۔ اس کے بعد وہ تمہارے کمرے کی طرف چلے گئے اس وقت میں نے دیکھا کہ وہ عورت لنگڑا رہی تھی تمہارے کمرے کے دروازے پر وہ جوڑا غائب ہوگیا تب مجھے احساس ہوا کہ میں بھوتوں کو دیکھ رہی تھی میں پھر چلا چلا کر تمہیں آواز دینے لگی مجھے نہیں معلوم کہ میں کیا بڑبڑا رہی تھی۔

یہ قصہ سناتے وقت میری والدہ خوف زدہ نگاہوں سے ادھر ادھر دیکھ رہی تھیں اچانک انہوں نے چونک کر پوچھا بچہ کہاں ہے؟ کیا تم نے اسے اکیلا چھوڑ دیا ہے؟ اب خوف زدہ ہونے کی باری حسن آراء کی تھی ہم تینوں بھاگتے ہوئے اپنے کمرے میں گئے یہ دیکھ کر ہمیں ایک جھٹکا سا لگا کہ بستر خالی تھا حالانکہ مچھر دانی اب تک بستر سے لپٹی ہوئی تھی "میرا بچہ!" حسن آرا نے چیختے ہوئے کہا۔ اسی وقت میں نے دیکھا کہ بچہ برآمدے کی طرف جانے والے دروازے کے پاس پڑا تھا اور گہری نیند سو رہا تھا۔ حسن آرا بھاگتی ہوئی گئی اور بچے کو اٹھالیا۔ وہ ایسی گہری نیند سو رہا تھا کہ اسنے ذرا بھی حرکت نہ کی۔ اس واقعہ کے بعد میری والدہ نے اس کمرے میں سونے سے انکار کردیا۔ ہم نے ان کا پلنگ اپنے کمرے میں منتقل کیا اور پھر بقیہ رات پریشانی کے عالم گذاردی۔

قارئین! آپ کا کبھی کسی پراسرار چیز یا کبھی کسی جن سے واسطہ پڑا ہو تو ہمیں ضرور لکھیں چاہے بے ربط لکھیں نوک پلک ہم خود سنوار لیں گے۔

دوسرے دن صبح تعلقے کا معاملت دار ہمارے ساتھ ناشتے میں شریک تھا۔ اس نے 1920ء کے عشرے میں بطور کلرک محکمہ مالیات میں اپنی ملازمت کی ابتدا کی تھی اب اس کی پنشن کا زمانہ قریب آرہا تھا تو سہوری کا مقامی باشندہ ہونے کہ وجہ سے اس کا تقرر اپنے ضلع میں ہوگیا جب میں نے رات والا واقعہ سنایا تو اس نے بتایا: "حضور صرف آپ کی والدہ نے اس جوڑے کو نہیں دیکھا یہاں بہت سے لوگ وقتاً فوقتاً انہیں دیکھ چکے ہیں اس مرد کا نام انڈریو میک گفیل تھا وہ کسٹم کا اسسٹنٹ کلکٹر اور سویگام کے ایک بنگلے میں رہا کرتا تھا۔ شکار کا بڑا شوقین تھا اور اس ڈاک بنگلے میں آکر ٹھہرا کرتا تھا ان دنوں یہ علاقہ جنگلی جانوروں سے بھرا ہوا تھا ہرن، چیتے اور تیندوے ہر قسم کے جانور یہاں موجود تھے مجھے یاد ہے کہ جب میں چھوٹا سا تھا تو میں نے میک گفیل کو دیکھا تھا ایک بار وہ ساتھ اپنی بیوی کو بھی لائے تھے دونوں ایک آدم خور شیر کا شکار کرنے گئے لیکن اسے صرف زخمی کرسکے تیسری رات دوبارہ گئے لیکن اس بار شیر نے انہیں آلیا۔ دونوں بری طرح زخمی ہوئے میک گفیل کا بایاں ہاتھ اور ان کی بیوی کا ایک پیر ضائع ہوگیا دونوں مہلک زخموں کے ساتھ اس ڈاک بنگلے میں لائے گئے لیکن صبح ہونے سے پہلے مر گئے۔" میری طبیعت میں شک و شبے کا مادہ بہت ہے۔ میں صبح سے اپنی والدہ کو یقین دلانے کی کوشش کرر ہا تھا کہ جو کچھ انہوں نے دیکھا وہ محض ایک خواب تھا۔ کلکٹر کے بنگلے میں رہ کر اور ان گوروں کا ذکر سن کر جو کبھی وہاں رہا کرتے تھے وہ نفسیاتی طور پر ان لوگوں کے بھوت دیکھنے کیلئے پوری طرح تیار ہوتے انہوں نے فاتحانہ انداز میں میری طرف دیکھا جیسے کہہ رہی ہوں اب تمہیں میری بات کا یقین آگیا یا نہیں؟" مجھے یقین آیا ہو یا نہ آیا ہو، یہ ایک الگ سوال ہے لیکن مجھے جو بات آج تک خلجان میں مبتلا کیے ہوئے ہے وہ یہ ہے کہ سوتا ہوا بچہ بستر سے باہر کیسے نکلا اور مچھر دانی میں لپٹا لپٹایا کس طرح دروازے تک پہنچ گیا حالانکہ اس کی عمر صرف چند ماہ تھی۔ بہر حال ہم نے اسی روز اپنا سامان باندھا اور دورہ مختصر کرکے پالن پور واپس آگئے۔ سہوری میں دوسری رات گزارنے کا تو سوال ہی پیدا نہیں ہوتا تھا۔

کریم خان نے کیا دیکھا؟

جو کچھ مجھے نظر آیا وہ میں کسی کو نہیں بتا سکتا ایک ماورائے عقل انوکھا ماجرا

انسانی زندگی بنیادی طور پر حادثات اور واقعات کے سلسلے کا نام ہے۔ اکثر واقعات وقت گزرنے کے ساتھ ساتھ صفحہ ذہن سے محو ہوجاتے ہیں۔ تاہم بعض کی اثر آفرینی اتنی گہری ہوتی ہے کہ انسان انہیں ساری زندگی فراموش نہیں کر پاتا۔ ایسا ہی ایک واقعہ میرے رفیق کار، محمد وسیم کے ساتھ پیش آیا جو انہوں نے دوستوں کی محفل میں ہمیں سنایا تھا، آپ بھی ان کی زبانی سنیئے:

یہ دسمبر 1993ء کی بات ہے کہ ہم پانچ دوستوں نے مل کرمری جانے کا منصوبہ بنایا ہم نے جس پرانے بنگلے میں ٹھرنا تھا وہ شہر سے ہٹ کر ایک پہاڑی کی چوٹی پر واقع تھا۔ یہ بنگلہ میرے ایک دوست کا تھا جو ہمارے ساتھ نہیں گیا۔ شام ڈھل رہی تھی جب ہم بنگلے پر پہنچے ڈھلتی ہوئی شام میں اس کی عمارت کسی مہیب سائے کی مانند نظر آئی اس بنگلے کا رقبہ تقریباً 45 کنال تھا ایک کنال پر عمارت تعمیر کی گئی تھی جبکہ بقیا رقبہ برآمدے اور پہاڑی ڈھلانوں پر مشتمل تھا۔ خالی رقبے پر چیل اور دیودار کے اتنے گھنے درخت تھے کہ ان کے نیچے دن میں بھی رات کا گمان ہوتا تھا۔ بنگلے میں پہنچتے ہی ہم دوستوں نے اپنے کمرے دیکھنے بھالنے کے بعد اپنا سامان کھولا اور الماریوں میں رکھ دیا کمروں میں صفائی کی صورت حال کافی ناگفتہ بہ تھی بہر حال ہم نے خود ہی مناسب جھاڑ پونچھ کے بعد کمروں کو سونے کے قابل بنالیا۔ رات کے کھانے کے بعد ہم لیٹ گئے چونکہ جگہ نئی تھی اس لئے کسی کو بھی نیند نہیں آئی۔ باتیں کرتے رات کے بارہ بج گئے۔ اچانک آصف نے چونک کر کہا "یہ کیسی آواز ہے؟" یہ سنتے ہی سب کے کان کھڑے ہوئے۔ عامر سے پوچھا گیا "کون سی آواز؟" عامر نے ہونٹوں پر انگلی رکھ کر سب کو چپ رہنے کا اشارہ کیا۔ اب ہمیں بھی ایسی آواز آئی جیسے کوئی اوپر کھپریل کی چھت پر باقاعدہ وقفوں سے ٹھک ٹھک کرکے چوٹ لگا رہا ہو۔ چار پانچ دفعہ یہ آواز آئی تو سب اپنی اپنی قیاس آرائیاں کرنے لگے۔ ایک بولا: "اس علاقے میں بندر ہی ہوتے ہیں کوئی بندر ہوگا!" دوسرے نے تردید کرتے ہوئے کہا "بندر ایسے باقاعدہ وقفوں سے آواز نہیں پیدا کرسکتا۔

قارئین! آپ کے مشاہدے میں کسی پھل، سبزی، میوے کے فوائد آئے ہوں یا آپ نے کسی رسالے، اخبار میں پڑھے ہوں یا ناقابلِ فراموش کے عنوان سے کوئی واقعہ، کوئی جنات سے ملاقاتی مشاہدہ، کوئی دینی یا روحانی تحریر ہو تو حوالہ جات کے ساتھ ارسال کریں۔ یہ آپ کا صدقہ جاریہ ہوگا۔

بدترین شخص وہ ہے جس کے ڈر سے لوگ اس کی عزت کرنے پر مجبور ہوں۔

اولاد جیسی نعمت سے محروم ہوں ● پیٹ کے مرض میں مبتلا ہوں ● پیٹ بڑھ گیا ہے

پہلے ان ہدایات کوغور سے پڑھیں: ان صفحات میں امراض کا علاج اور مشورہ ملے گا توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں کھولتے ہوئے خط پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ روحانی مسائل کے لئے علیحدہ خط لکھیں۔ نام اور شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور تحریر کریں۔ نوجوانوں کے خطوط احتیاط سے شائع کیے جاتے ہیں ایسے خطوط کے لئے جوابی لفافہ لازم ہے کیونکہ اکثر خطوط اشاعت کے قابل نہیں ہوتے۔ **نوٹ:** وہی غذا کھائیں جو آپ کے لئے تجویز کی گئی ہے۔

اولاد جیسی نعمت سے محروم ہوں

سوال: میری شادی کو 17 سال ہو گئے ہیں اور اولاد جیسی نعمت سے محروم ہوں۔ وہ پھول جو کھلنے سے پہلے ہی ختم ہو جاتا ہے۔ حمل ہوتا ہے بعد میں جب دو ماہ ہوتے ہیں تو الٹرا ساؤنڈ کراتے ہیں پتہ چلتا ہے کہ حمل ہو کر خراب ہو جاتا ہے انگور کے دانے بن جاتے ہیں۔ تیسرے ماہ کے پندرہ دن بعد D.N.C کروا دیتے ہیں۔ تقریباً دس دفعہ حمل ہو چکا ہے اور سولہ مرتبہ D.N.C کروا چکی ہوں کیونکہ انگور کے دانے کئی دفعہ پھیل جاتے ہیں۔ دو ماہ سے خوراک اندر نہیں جاتی۔ پانی نہیں پی سکتی۔ ڈرپ وغیرہ لگتی ہے۔ قے بہت زیادہ ہوتی ہے۔ دو ماہ میں اس طرح ہو جاتی ہوں جیسے جسم کے اندر سانس بھی مشکل سے آتا ہے۔ جیسے ہی D.nc کرواتی ہوں تو اس طرح ہو جاتی ہوں جیسے زندہ ہو گئی ہوں۔

لاہور گنگا رام اور جنرل ہسپتال کی اہم رپورٹیں میرے پاس ہیں۔ دس سال کا ریکارڈ موجود ہے نہ کوئی تعویز چھوڑا ہے نہ ہی کوئی علاج۔ جہاں کوئی بتاتا ہے وہاں جاتے ہیں۔ اب در بدر کی ٹھوکریں کھاتے چار سال ہو گئے چپ کر کے بیٹھ گئے ہیں۔ اب یہی کوشش ہے کہ حمل نہ ہو۔ ڈاکٹر کہتے ہیں زندگی کو خطرہ ہے۔ اس بیماری کا علاج ہمارے پاس نہیں ہے۔ اس آس پر ہوں کہ شاید کبھی علاج ہو جائے۔ (ایک مریضہ لاہور)

جواب: بہن! بالمشافہ ملاقات کریں۔ بے اولاد حضرات کے لئے میرے پاس روحانی علاج اور دوائی علاج دونوں ہیں۔ بے شمار مریض اللہ تعالیٰ کے فضل و کرم سے تندرست ہو چکے ہیں۔ کسی چیز کا دعویٰ نہیں لیکن اس کا روحانی علاج بہت اکسیر ہے اور فائدہ مند ہے۔ ایسے جوڑے جو بیرون ملک علاج کرا کے مایوس ہو چکے تھے۔ بالکل تندرست ہو گئے ہیں۔

پیٹ کے مرض میں مبتلا ہوں

سوال: عرض ہے کہ میں عرصہ نو دس سال سے پیٹ کے مرض میں مبتلا ہوں۔ چاول رس کبھی کبھی ڈبل روٹی کھاتی ہوں کوئی پھل یا کوئی بھی دودھ دہی میں بنی ہوئی کوئی چیز کھانا تو درکنار چکھنا بھی میرے لئے زہر کی حیثیت رکھتا ہے۔ میری صحت کبھی قابل رشک تھی مگر اب تو ہڈیوں کا ڈھانچہ بن چکی ہوں۔ اللہ تعالیٰ کی پیدا کی ہوئی نعمتوں کی ترستی ہوں۔

میرا مسئلہ یہ بھی ہے کہ کوئی بھی چیز کھانے سے ایک نوالہ بھی لینے سے میرے سر میں شدید درد چکر آنکھوں کے آگے اندھیرا اور ہوا گیس ریاح بننا شروع ہو جاتی ہے۔ پیٹ میں گڑگڑاہٹ بڑی آنت میں مسلسل گڑگڑاہٹ اور پھر پانی کی طرح پتلے جلاب شروع ہو جاتے ہیں۔ کبھی شدید قبض بھی ہو جاتی ہے مگر قبض کے دوران شدید بے چینی گیس سر درد چکر رہتے ہیں۔ جلاب ہونے سے طبیعت ہلکی ہو جاتی ہے اور جلاب اتنے تیز ہو جاتے ہیں کہ ہسپتال میں داخل ہونا پڑتا ہے۔ ڈرپ لگتی ہے ہر قسم کے ٹیسٹ ٹھیک آتے ہیں۔ پاخانے کے ساتھ Pus پس نما مادہ آتا ہے۔ ڈاکٹروں نے پتہ بھی نکال دیا ہے کہ یہ خراب ہے مگر کوئی فرق نہیں پڑا۔ اب ڈاکٹر حضرات کہتے ہیں کہ آپ کی آنتیں کمزور ہیں اور جھلی پھٹ جاتی ہے۔ ایلوپیتھک ہومیوپیتھک حکیمی ہر قسم کا علاج کروا چکی ہوں۔ مگر افاقہ نہیں ہوتا۔ وقتی قبض ہو جاتی ہے پھر وہی مسئلہ گیس پاگل کیے رکھتی ہے۔ گیس کی وجہ سے دکھائی کچھ نہیں دیتا۔ (ساجدہ نسرین)

جواب: آپ سب سے پہلے اپنی غذا پر توجہ دیں۔ پہلے کچھ افاقہ کریں اور کم سے کم غذا استعمال کریں۔ بھوک شدید لگنے پر آپ ہلکے تازہ جوس استعمال کریں اور مونگ کی دال اور کھچڑی استعمال کریں۔

خشک پودینہ آدھ چمچ اور بڑی الائچی ایک عدد کچل کر قہوہ بنا کر دن میں کم از کم تین بار پئیں۔ دو ماہ یہ دوائی مستقل استعمال کریں۔

پیٹ بڑھ گیا ہے

سوال: میری بیٹی دسمبر 2001ء میں پیدا ہوئی اس کے بعد میرا پیٹ بڑھ گیا ہے۔ جس کی وجہ سے مجھے بہت شرم آتی ہے۔ میرا وزن ساٹھ کلو ہے اور قد پانچ فٹ ہے۔ مجھے عرصہ سات آٹھ سال سے اکثر پیٹ میں درد رہتا ہے۔ اور دو ماہ پہلے میرے پیٹ سے دو کیڑے لمبے لمبے نکلے تھے میں نے درد کے لئے بہت علاج کرایا۔ دیسی و انگریزی بھی میرے میاں ہومیو ڈاکٹر ہیں۔ ان سے بھی دوائی لی لیکن وقتی طور پر آرام آ جاتا ہے۔ میرے سر میں اکثر درد بھی رہتا ہے۔ اور مجھے لیکوریا بھی ہے۔ شادی سے پہلے میرا رنگ بہت اچھا تھا لیکن اب کالا ہو گیا ہے۔ میرے چہرے پر بھورے رنگ کے تل چھائیاں اور داغ دھبے بہت زیادہ ہیں۔ میرے بال بھی تیزی سے گر رہے ہیں اور میری بیٹی جس کی عمر نو ماہ ہے وہ کمزور ہے۔ جو بھی دیکھتا ہے کہتا ہے عمر کے لحاظ سے بہت چھوٹی ہے۔ میری بیٹی کو اکثر نزلہ وزکام بہتا ہے۔ میں چاہتی ہوں میری بیٹی موٹی ہو جائے مہربانی فرما کر کوئی آسان سا نسخہ بتائیں جو آسانی سے مل جائے۔ ساری عمر دعائیں دیتی رہوں گی، دوسرا مسئلہ میری بہن کا ہے جو جوان اور شادی شدہ ہے جس کی عمر بائیس سال ہے۔ حکیم صاحب اس کو ایام سے پہلے بھی سارے جسم میں درد شروع ہو جاتا ہے اس کو لیکوریا بھی رہا ہے۔ اکثر سر میں درد رہتا ہے۔ سر کے بال تیزی سے سفید ہو رہے ہیں۔ جسم پر بہت زیادہ بال ہیں جس کی وجہ سے پریشان رہتی ہے۔ پٹھوں میں اکثر درد رہتا ہے۔ دو ماہ پہلے اس کو سینے کے اوپر والی ہڈی اور پسلیوں میں چوٹ لگی تھی۔ بہت مالش کی لیکن درد ختم نہ ہوا قد پانچ فٹ وزن پچاس کلو ہے۔ آنکھیں پیلی ہیں چہرہ بے رونق ہے۔ تیسرا مسئلہ میری چھوٹی بہن کا ہے جس کی عمر انیس سال ہے قد چار فٹ نو انچ ہے پلیز قد بڑھانے کے لئے کوئی نسخہ بتائیں۔ ایام بہت درد کے ساتھ اور کم آتے ہیں۔ سر اور پٹھوں میں بہت زیادہ درد رہتا ہے۔ ٹانگوں میں درد رہتا ہے۔ گرمیوں میں جلد اتنی چکنی ہو جاتی ہے کہ منہ دھونے کے ایک گھنٹے بعد ہاتھ لگانے سے محسوس ہوتا ہے جیسے تیل لگا لیا ہو۔ سردیوں میں خشک ہو جاتی ہے۔ چہرے پر داغ ہیں۔ دماغ پر بوجھ سا رہتا ہے۔ رنگت پیلی ہے چہرے اور جسم پر بال بھی ہیں۔ وزن ساڑھے اڑتیس کلو ہے۔ کوئی ایسا نسخہ بتائیں جس سے قد بھی بڑھے اور موٹی بھی ہو جائے۔ میری ایک بھتیجی ہے جس کی عمر دس سال ہے دو سال سے دمہ کی بیماری میں مبتلا ہے۔ کبھی سر میں درد رہتا کبھی کمر میں درد اور کبھی بخار ہو جاتا ہے۔ داڑھ میں درد رہتا ہے۔ سوراخ بھی ہے۔

(بقیہ اگلے صفحہ پر)

ہدیہ ارسال کرنے والوں کا شکریہ

مدیر عبقری کی اپیل پر ملک بھر سے احباب نے کتب و رسائل مدیر کے نام گفٹ کی نیت سے ارسال کیئے اور یہ سلسلہ مستقل جاری ہے۔

بندہ ایسے تمام احباب کا مشکور ہے کہ انہوں نے اعتماد کیا اور کتابیں ہر قسم کے رسائل ہدیہ کیئے ایک بار پھر ان کا شکریہ ادا کرتا ہوں صرف ایک بات کہ نصابی یعنی سلیبس کی کتب ارسال نہ کریں۔

مشکور

بندہ حکیم محمد طارق محمود عبقری مجذوبی چغتائی

ایک دوسرے کی خوشامد مت کرو یہ اسی طرح ہے جیسے کہ کسی کو ذبح کرنا۔

بڑی بوڑھیوں کے آزمودہ گھریلو ٹوٹکے

بھورے تلوں سے نجات

دو بادام چھیل کر پیس لیں اور ایک انڈے کی سفیدی کے ساتھ جس میں آدھا چمچہ لیموں کا رس ملا ہوا ہو ان اشیاء کا آمیزہ بنالیں۔ پندرہ منٹ تک چہرے پر لگائیں۔ اس کے بعد پہلے گرم پانی سے اور پھر ٹھنڈے پانی سے منہ دھولیں۔ ان تمام ترکیبوں کے علاوہ آپ روزانہ کسی نہ کسی طریقے سے اگر اپنی خوراک میں لیموں کے رس کا استعمال کریں گی تو اس کے اندر موجود تیزابیت کا عنصر نہ صرف آپ کے زخموں کو جلد بھرے گا، آپ کے دانتوں کو صاف ستھرا رکھے گا بلکہ آپ کے ناخن اور آپ کی جلد کی ہیئت کو بہتر طور پر برقرار بھی رکھے گا۔

دودھ جلد کی خوبصورتی اور توانائی کا ذریعہ

جس طرح لیموں سے آپ اپنی جلد کی خوبصورتی میں اضافہ کرسکتی ہیں اور اسے برقرار رکھ سکتی ہیں بالکل اسی طرح دودھ بھی ایک ایسا قدرتی ذریعہ ہے جس کی مدد سے آپ اپنی جلد کو مزید دلکش، خوبصورت اور توانا بنا سکتی ہیں۔

جلد کو صاف اور ملائم رکھنے کیلئے

اگر آپ چاہتی ہیں کہ آپ کے چہرے کی جلد صاف اور ملائم رہے تو صرف دودھ میں کاٹن کا کپڑا بھگوئیں اور چہرے پر لگائیں۔

آدھے گھنٹے کے بعد چہرے کو ٹھنڈے پانی سے دھولیں یہ عمل آپ کے چہرے کی جلد کو صاف اور ملائم رکھے گا۔ دو چمچے دودھ میں آدھا چمچہ نمک ملالیں اور اسے سوتے وقت چہرے پر لگائیں صبح اٹھ کر منہ دھولیں یہ عمل آپ کے چہرے کو پھول کی پتی کی طرح ملائم اور صاف رکھے گا۔

رنگت نکھارنے کیلئے

اگر آپ اپنے چہرے کی رنگت نکھارنا چاہتی ہیں تو دو بادام تھوڑے سے دودھ میں پیس لیں اور سوتے وقت چہرے پر لگائیں اور صبح ٹھنڈے پانی سے چہرہ دھولیں۔

کالی اور پھیکی رنگت کی بہتری کیلئے

رات کو تھوڑی سی چنے کی دال دودھ میں بھگوئیں اور دوسری صبح پیس کر اس میں تھوڑی سی ہلدی کا پاؤڈر اور چند قطرے لیموں کا رس ملائیں۔ اس آمیزے کو آدھے گھنٹے (بقیہ صفحہ 21)

بقیہ طبی مشورے: درد ہو تو منہ سوج جاتا ہے۔ ڈاکٹر نے کسی چیز سے سوراخ بھر دیا ہے دوسرا مسئلہ میری چھوٹی بھتیجی کا ہے عمر دو سال ہے قد بھی چھوٹا ہے بہت کمزور ہے چڑچڑا پن بھی ہے کچھ کھاتی پیتی نہیں ہے۔ بہت تنگ کرتی ہے۔ دودھ بالکل نہیں پیتی ہے۔ وزن بہت کم ہے۔ بہت زیادہ خوبصورت ہے نظر جلد لگ جاتی ہے۔ کھانے میں ہم سب کیا استعمال کریں۔ اور پرہیز بھی بتائیں۔ نسخہ جات تفصیل سے بتائیں۔ میری والدہ محترمہ کو برتن وغیرہ دھونے سے ہاتھوں کی انگلیوں میں زخم ہو جاتے ہیں اور خارش بھی ہوتی ہے۔ بہت علاج کیا لیکن افاقہ نہیں ہوا۔ میری خالہ کو رحم کے اندرونی و بیرونی اور بغلوں میں خارش ہوتی ہے۔ اب تو کالے داغ بن گئے ہیں بیٹنو ویٹ این کریم لگانے سے وقتی طور پر آرام آجاتا ہے مہربانی فرما کر کوئی نسخہ بتائیں۔ (ن۔ج کراچی)

جواب: سب سے پہلے قارئین سے عرض ہے کہ ایک خط میں صرف ایک مریض کا مسئلہ پوچھا کریں۔ اس میں آپ کا فائدہ ہے اور مزید آپ سے درخواست ہے کہ آپ تمام مریضوں کے لئے ایک نسخہ جو کہ نبوی گلدستے سے لیا گیا ہے نہایت مفید اور موثر ہے اور آپ نہایت غور اور توجہ سے استعمال کریں۔ کلونجی تخم کاسنی قسط شیریں تخم میتھی ہر ایک ۵۰ گرام کوٹ پیس کر 6 گنا زیادہ روغن زیتون ملا کر اس کے بعد اس میں برگ مہندی خود پیس کردہ بھی 50 گرام ملالیں۔ پھر اس مرکب کو آدھ چمچ دن میں چار بار گرم دودھ یا ویسے ہی استعمال کریں۔ کم از کم دو ماہ یہ خصوصی ہدیہ ہے توجہ کریں قدر کریں اور بنائیں لیکن مستقل مزاجی لازم ہے۔

مریضوں کی منتخب غذائیں

غذا نمبر 1	غذا نمبر 2
مٹر، لوبیا، ارہر، موٹھ، ہرا چھولیا، کچنا، سبز مرچ، کوئی ترشی باجرے کی روٹی، بوڑھ کی داڑھی یا انجبار کا قہوہ، اچار لیموں، مربہ، آملہ، مربہ ہریڑ، مربہ بہی، مونگ پھلی، شربت انجبار، سکنجبین، جامن، فالسہ، انار ترش، آلوچہ، آڑو، آلو بخارا، چکوترا، ترش پھلوں کا رس	انڈے کی زردی، بڑا گوشت، مچھلی بیسن والی، چنے، کریلے، ٹماٹر، حلیم، بڑا قیمہ اور اس کے کباب، پیاز، کڑہی، بیسن کی روٹی، دارچینی، لونگ کا قہوہ، سرخ مرچ، چھوہارے، پستہ، بھنے ہوئے چنے، جاپانی پھل، ناریل خشک، مویز (منقیٰ)، بیسن کا حلوہ، عناب کا قہوہ
غذا نمبر 3	**غذا نمبر 4**
بکری یا مرغی کا گوشت، پرندوں کا گوشت، میتھی، پالک، ساگ، بینگن، پکوڑے، انڈے کا آملیٹ، دال مسور، ٹماٹو کیچپ، مچھلی شوربہ والی، روغن زیتون کا پراٹھا میتھی والا، لہسن، اچار ڈیلے، چائے، پشاوری قہوہ، قہوہ اجوائن، قہوہ تیزپات، کلونجی، کھجور، خوبانی خشک۔	دال مونگ، شلجم پیلے، مونگرے، چھوٹا مغز اور پائے، نمکین دلیہ، آم کا اچار، جو کے ستو، کالی مرچ، مربہ آم، مربہ ادرک، حریرہ بادام، حلوہ بادام، قہوہ، ادرک شہد والا، قہوہ سونف، پودینہ، قہوہ زیرہ سفید، زیرے کی چائے، اونٹنی کا دودھ، دیسی گھی، پپیتہ، کھجور تازہ، خربوزہ، شہتوت، کشمش، انگور، آم شیریں، گلقند دودھ، عرق سونف، عرق زیرہ، مغز اخروٹ
غذا نمبر 5	**غذا نمبر 6**
کدو، ٹینڈے، حلوہ کدو، گاجر، گھیا توری، شلجم سفید، دودھ میٹھا، امرود، گرما، سردا، خربوزہ پھیکا، مربہ گاجر، حلوہ گاجر، انار شیریں، انار کا جوس، خمیرہ گاؤزبان، عرق گاؤزبان، انجیر، قہوہ گل سرخ، بالائی، حلوہ سوجی، دودھ سویاں، میٹھا دلیہ، بند، رس، ڈبل روٹی، دودھ جلیبی بسکٹ، کسٹرڈ، جیلی، برفی، کھویا، گنڈیریاں، گنے کا رس، تربوز، شربت بزوری، شربت بنفشہ	کدو، کھیرا، شلجم سفید، ککڑی، سیاہ ماش کی دال، پیٹھا، کھچڑی، ساگودانہ، فرنی، گاجر کی کھیر، گجریلہ، چاول کی کھیر، پیٹھے کی مٹھائی، لوکاٹھ، کچی لسی، سیون اپ، دودھ، مکھن، میٹھی لسی، الائچی بہی دانہ والا ٹھنڈا دودھ، مالٹا، مسمی، میٹھا، الیچی، کیلا، کیلے کا ملک شیک، آئس کریم، فالودہ، فروٹر، شربت صندل، عرق کاسنی، شریفہ۔
غذا نمبر 7	**غذا نمبر 8**
اروی، بھنڈی، آلو، ثابت ماش، کیلے کا سالن، انڈے کی سفیدی، پھلی دار سبزیاں، سلاد، کے پتے، لسوڑھے کا اچار، بگوگوشہ، ناشپاتی، تازہ سنگھاڑے، شکر قندی، ناریل تازہ، قہوہ بڑی الائچی، شربت گوند، گوند کتیرا اور بالنگو، سیب	آلو گوبھی، خرفہ کا ساگ، کدو کا رائتہ، بند گوبھی اور اس کی سلاد، دہی بھلے، آلو چھولے، مکئی کی روٹی، مٹر پلاؤ، چنے پلاؤ، مربہ سیب، مربہ بہی، خمیرہ مروارید، سبز بیر، بھنے ہوئے آلو، سنگترہ، انناس، رس بھری

اللہ تعالیٰ دو باتوں کو پسند کرتا ہے۔ (۱) بردباری۔ (۲) میانہ روی۔

جناب حکیم محمد طارق محمود عبقری مجذوبی چغتائی کی کتب ''تالیفات''

LRL - 365

Monthly "UBQARI" Lahore.

کلونجی کے کرشمات
جادو جنات کے اسرار و حقائق اور آزمودہ روحانی علاج
الجھے لوگ سلجھے اصول
کلاسیکی اور روحانی علاج
سنت نبوی اور جدید سائنس
تربیت اولاد اسلام اور جدید سائنس
موٹاپے سے نجات
حسن و صحت کیلئے انمول ٹانک
باپ کا تقدس
شوگر کا سائنسی روحانی علاج
ہائی بلڈ پریشر کا سائنسی روحانی علاج
مہلک غذائیں نبوی غذائیں اور جدید سائنس
شگفتہ باتیں بکھرے موتی انمول بولیں
پرسکون زندگی کی تلاش نبوی طریقے اور جدید سائنس
حسن زوال کی قاتل بیماریاں
مشاہیر کی آپ بیتیاں
کولیسٹرول کا سائنسی روحانی علاج
سدا بہار حسن کی ضامن غذائیں
تعلیمات نبوی اور جدید سائنس
خاندانی مسائل کا طبی و نفسیاتی نچوڑ
صحت مند عادات نبوی طریقے اور جدید سائنس
مہلک دوائیں نبوی دوائیں اور جدید سائنس
مولانا طارق جمیل شخصیت و کمالات
شادابی زندگی کے راز نبوی طریقے اور جدید سائنس
خواتین کے حسن و جمال کے قیمتی راز
جنسی پاکیزگی
روحانی پاکیزگی
شوگر کا کامیاب علاج
جوانی کی حفاظت کیسے کی جائے؟
ویران جوانی اور مایوس نوجوان
شاہراہ معرفت پر کامیابی کا سفر
ندامت کے آنسو
پھلوں سے صحت و خوبصورتی
1947 کے مظالم کی کہانی خود مظلوموں کی زبانی
کمالات اولیاء
بے قرار زندگی سے خوشگوار زندگی تک
شافی دوائیں شافی علاج
جیلوں میں بیتے لمحات کی کہانی مشاہیر کی زبانی
نبوی دستر خوان
گھریلو الجھنوں کا روحانی علاج

عبقری الحمدللہ ہر ماہ ہزاروں کی تعداد میں ملک کے کونے کونے میں قارئین تقسیم کرتے ہیں، ممکن ہے اسکی کوئی بات آپ کے کام آجائے یا کسی کے روحانی یا جسمانی دکھ درد میں معاون ہو۔ اس لیئے براہ کرم مطالعہ کے بعد اپنے کسی دوسرے بھائی کو دے دیجیے۔